

きょうのきゅうしょく

ごもくスープ

きょう入っている「しょうが」に含まれている『辛み成分』
には、殺菌効果などがあり風邪よぼうになります。

そして、『香り成分』には、体を温めてくれる作用がある
ので残さずたべてくださいね！