

きょうのきゅうしょく

ながねぎのポタージュ

しん
新メニューです。『ながねぎ』は、^{ならじだい}奈良時代に^{にほん}日本に^{つた}伝わり、
^{ふる}古くから^た食べられている、^{ふか}なじみの^{やさい}深い野菜です。11^{がつ}月から
^{がつごろ}2月頃に^{しゅん}旬を^{むか}迎えます。^{こうさんかさよう}抗酸化作用の^{たか}高い^{シー}ビタミンCなどが
^{ふく}含まれていて、^{よぼう}かぜ^{けつえき}予防や^{さよう}血液をサラサラにしてくれる作用
もあるので^{のこ}残さず^た食べてくださいね！

