

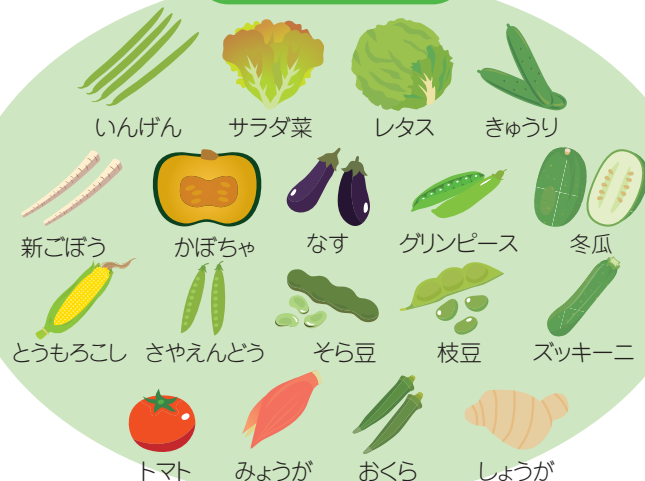
朝食に
食べたい

野菜料理!

春の旬野菜



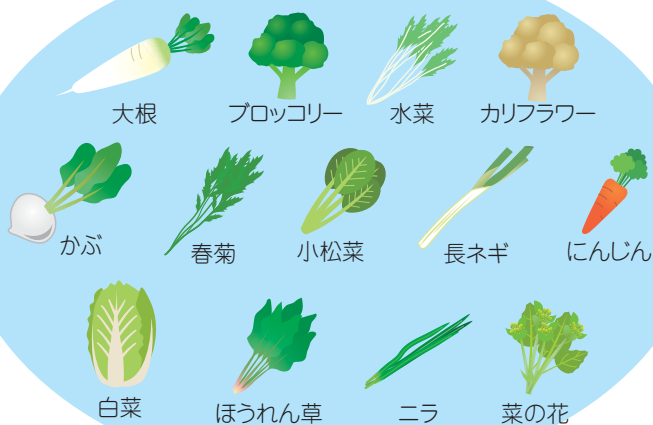
夏の旬野菜



秋の旬野菜



冬の旬野菜

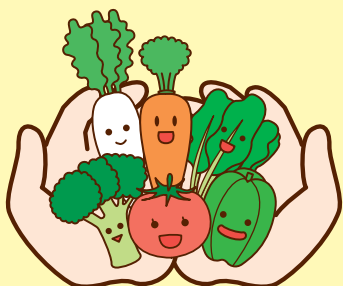


1回にとりたい野菜の量

きざんで、両手に一杯がめやすです!

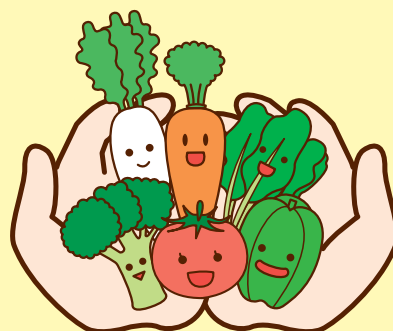
こども

6~7歳 90g
8~9歳 100g



大人

10歳以上 120g



問い合わせ先

江東区健康部(保健所) 健康推進課 栄養指導担当
電話 03-3647-6713