


手軽に鉄分補給

カル鉄中華粥



令和5年度新宿区メニューコンクール
中学生部門 優秀賞作品 

 新宿区
SHINJUKU CITY



健康な身体をつくる! カルシウム・鉄

カルシウムと鉄は、成長期に欠かせない栄養素です。また、不足しがちな栄養素でもあるため、意識してとるようにしましょう。

MILK

Yoghurt

しじみ