

刻んだらっきょうがアクセント
さんまでっか!?!片手でサクッと代謝サポート!!
玄米とさんまのアーモンドコロッケ



令和7年度新宿区メニューコンクール
最優秀賞作品 



エネルギー代謝をサポート! ビタミン B₁・B₂

ビタミンB₁・B₂は、炭水化物や脂質等が体内でエネルギーに変わるときに必要な栄養素です。不足しがちな栄養素なので、意識してとるようにしましょう。