

令和8年4月28日(火)



★フルーツ白玉

★牛乳

★★★ビビンバ

★チンゲン菜と卵のスープ  
☺八王子産

令和8年4月28日(火)

＼日本の伝統的な保存食／

## 『切り干し大根』

### ●切り干し大根

大根を細く切って乾燥させ、長期保存できるように加工された「乾物」です。

乾燥によって、

辛みが甘みに変わりおいしさ↑  
カルシウムも含まれるので、栄養価よい食材です。

**ビビンバの豚肉と一緒に炒めると味が染み込んでおいしい👍**

