

いも いも さつま芋入り蒸しパン

きょう とうきょうとはちおうじしさん
今日は 東京都八王子市産 のさつま芋（紅はるか）

む つく
で蒸しパンを作りました。

いも しょくもつ おお ちょうし
さつま芋は食物せんいが多く、おなかの調子を
ととの 整えてくれます。

またビタミンもふくまれ疲労回復効果もあります。
ひろうかいふくこうか

