

# ちびっことコラム

## 父の日の翌日は 麦とろの日

麦ごはんにとろろをかけた麦とろ。  
食物繊維やビタミンなど栄養が  
豊富で、生活習慣予防にも効果が  
あります。いつも頑張るお父さん  
の強い味方になるかも？

(P.N. ミナフジコ)

