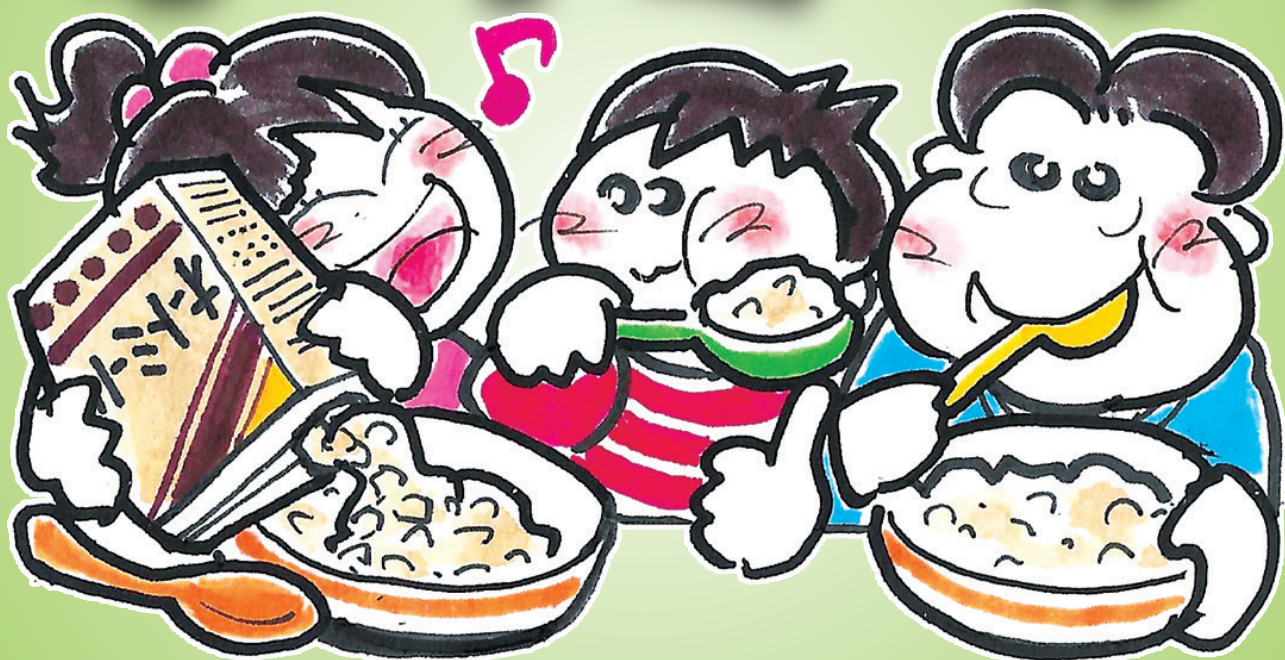


ちびっことコラム

# 栄養満点 オートミール



オートミールは玄米と比べ、食物繊維、鉄分、カルシウムが多く、他にもビタミンB2、タンパク質も豊富に含まれています。育ちざかりの子供や、生活習慣病が気になる方におすすめの食品です。 (P.N. ミナフジコ)