



ヨーグルト

栄養 効能

たんぱく質、ビタミンA・B2、カルシウム、乳酸菌等が含まれており、整腸作用、インフルエンザの予防・抑制に良いと言われています。

オススメ メニュー

ヨーグルトパン
ヨーグルトサラダ
ヨーグルトムース
ヨーグルトケーキ
etc.