

吉川市で採れる農作物



吉川ねぎ



小松菜



米

地元で採れたものを
家庭でも取り入れて
みましょう



ブロッコリー



レタス

一週間分の献立レシピは
市ホームページに掲載しています。

吉川市 食育

検索

2019年3月発行
発行 吉川市健康増進課
埼玉県吉川市吉川2-1-13
048-982-9803
監修 川村学園女子大学
教授 永嶋久美子

よいバランスで

しゅうまつ（週末）作り置き

かんたんに作れる

わが家の健康メニュー



吉川食ナビ

1week

この健康メニューは
吉川版食事バランスガイド
を活用し、
子育て世帯4人家族
をモデルにしています。



吉川市



なまりん
吉川市イメージキャラクター