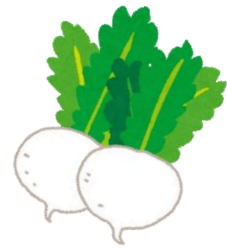


地産地消だより

かぶ



かぶの栄養



●根：でんぷんの消化酵素（アミラーゼ）が特に根に多く含まれ、胃もたれ・胸やけの解消や、整腸作用があります。

●葉：抗酸化作用のあるβ-カロテンが葉に多く含まれており、免疫の強化にも役立ちます。

※ビタミンCは抗酸化作用があり、根にも葉にも含まれています。

主に多賀町産のものを提供します。

※12月から彦根産のものも使用します。



彦根市立病院

Hikone Municipal Hospital