

地産地消だより

彦根柿



提供している彦根柿（石寺町で生産）は、「新秋」「太秋」「富有」の3品目が栽培されています。柿にはビタミンC、B1、B2、A、Kなどが豊富に含まれています。その中でも特に多いのが**ビタミンC**で、柿1個（中）にはビタミンCが**127mg**含まれています。

（ビタミンCの1日の推奨量は100mg）



彦根市立病院

Hikone Municipal Hospital