

# 花粉症

PREVENTING HAY FEVER

発酵食品は腸内環境を整え免疫力を高め、アレルギー症状の緩和につながります。

花粉症発症の原因であるアレルギー物質の働きを抑えるDHAやEPAを含む鯖を使用しました。

鹿児島特有の甘口こうじみそのさつま麦味噌を使用し、甘みのある優しい味付けです。

## 鯖の

## さつま麦味噌煮



3月18日

昼食

