

ショウガでぽかぽか！ たっぷり野菜のトマトスープ鍋



クリエイトエス・ディー
管理栄養士
片桐 修平
考案メニュー

スマホなどで撮って
詳しい作り方をチェック！



仕上げに
しょうがのすりおろしを
入れて完成！

野菜相当量(1人あたり)
308g分



煮立ったら
豆腐と
鶏団子を
入れて煮る。