

[ホーム](#) > [食育](#) > [長崎県の取組み](#) > [大学生の朝ごはん](#) > 大学生の朝ごはん(No7) 調理は自分です。

大学生の朝ごはん(No7) 調理は自分です。

【コメント】メニューはフレンチトースト、サラダ、パナナ、カフェオレです。果物を食べるようにしており、ヨーグルトか牛乳を取り入れるようにもしています。野菜は朝でも簡単にできるサラダで補っています。

