

8月31日は野菜の日！

でも…夏是一年の中でも
一番野菜をとる量が減るんだ…

※



野菜をとりづらい朝に、高リコピンスムージーがオススメ！

【材料】

カゴメ野菜生活100オリジナル…200ml
カゴメ高リコピントマト…1個 バナナ…1本

【作り方】

- ① トマトはヘタを取り、バナナの皮をむき、
適当な大きさにカットする。
- ② 野菜生活100と、材料全部をミキサーで滑らかになるまで回す。



※総務省統計局「家計調査結果表」より

8月31日は、 野菜生活100のジュースが出ます！



20種の野菜と6種の果実を使用。
たっぷりビタミンCとビタミンEで
元気をチャージ！

