



21世紀の健康づくりはあなたが主役

さいたま市 ヘルスプラン21

## かんたん♪朝ごはんレシピ集 パート2 実践編

発行：平成21年10月

さいたま市健康づくり推進協議会  
さいたま市保健福祉局保健部健康増進課  
〒330-9588 さいたま市浦和区常盤6-4-4  
TEL:048-829-1294 FAX:048-829-1967  
E-mail kenko-zoshin@city.saitama.lg.jp