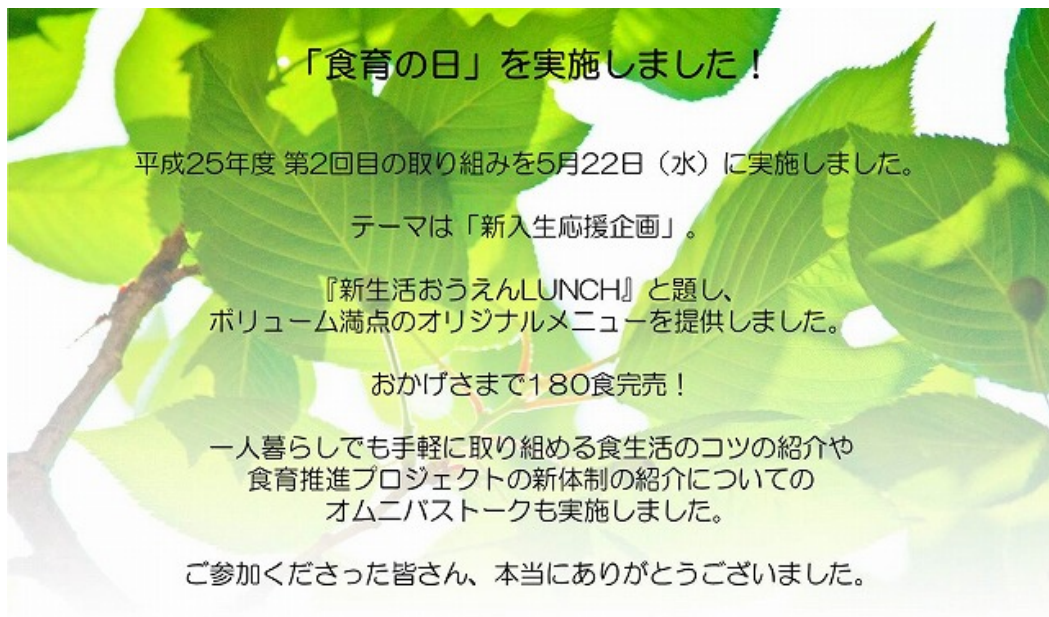


# お知らせ

## 5月「食育の日」を実施しました！



### 『新生活おうえんLUNCH』



- チキン南蛮withオリジナルソース  
トマポテサラダ添え
- スナップえんどうのナッツ和え
- だしいらす！かんたんみそスープ
- 雑穀ごはん
- 甘夏香るヨーグルトのムース



### 注目食材

#### 甘夏

夏みかんの一種。  
生産量日本一はなんと熊本県。  
甘酸っぱさとほろ苦さが絶妙なバランス。  
果肉がしっかりしているので料理にも。  
ビタミンCを豊富に含みます。



## オムニバストーク

挨拶 環境共生学部 食健康科学科長 南久則教授

食育推進の新体制紹介 環境共生学部 食健康科学科学生

(株)ホーユー事業本部長 山浦敏子氏

- 食健康科学科4年生が「食育の日」やほかの食育活動に参加することに！

メンバーは総勢25名。食育に興味のある学生が集まりました。

☆ 随時メンバー募集しています！（学部・学科問いません）

興味がある方は下記の問い合わせ先まで

- 学食の取り組み

学生の健康を考えてメニューを作っています。これからも食べることは

おいしいだけではなく楽しいということも考えながら学食の運営をしていきます。

オリジナルメニューの特徴とレシピ紹介 食健康科学科

- チキン南蛮withオリジナルソース

ソースには“豆腐”を使用。豆腐には良質なタンパク質、カルシウム、ビタミン類が豊富に含まれています。いろいろな栄養効果が期待できます。

今の時期ならストレスや肌荒れが気になる方におすすめです。

- だしいらす！かんたんみそスープ

だし取りが面倒なみそ汁ですが…簡単な作り方をご紹介します。

1. 野菜を切って煮る。（わかめやもやしは切らなくて良いので楽ちん）
2. 野菜が煮えて沸騰したらかつお節を入れる。（ミニパック1つで4人分に）
3. 再び沸騰させ火を止めてから味噌を入れる。

☆かつお節がだしと具に！



今年度第2回目の「食育の日」も多くの方にご参加いただき、

工夫満載の“チキン南蛮のオリジナルソース”や

かんたんに作れる“みそスープ”を家でも作ってみよう！と大好評でした。

6月は食育月間ということであの有名人をお招きし、19日（水）に実施予定です。

詳しくはHPに随時アップしていきますのでご覧ください。

おいしく食べて健康で楽しく過ごしましょう～！



[↑top](#)

[サイトポリシー](#) | [お問い合わせ](#) | [サイトマップ](#)

**公立大学法人熊本県立大学** 〒862-8502 熊本市月出3丁目1番100号 TEL 096-383-2929 FAX  
096-384-6765

Copyright 2010 Prefectural University of Kumamoto All rights reserved.