

12月 大学コラボ献立 (東筑紫短期大学)

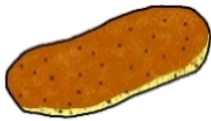
市内栄養士養成大学とコラボレーションした大学監修の献立

今日の献立



コーンとキャベツのサラダ

ミックスジャム



はいがパン



とうじのななふくシチュー

12月は、小倉北区にある東筑紫短期大学 食物栄養学科の学生のみなさんが考案した、「冬至の七福シチュー」が登場します。

シチューに隠れた「7つの福」を探してみましょう!



〈冬至の七福シチュー〉

とうじ ななふく

冬至の七福シチュー ができるまで

子どもたちが喜んでくれるといいな!と思いながら
少ない人数でいっしょうけんめいに考えました!



ひがしちくしたんきだいがく
東筑紫短期大学のみなさん



みなさんこんにちは!
東筑紫短期大学の食物栄養学科です。
今日は、冬至にちなんだ「ん」の付く食材を取り入れたシチューです。

「みなさんに
たくさんいいことが
ありますように!」

と、願いを込めて、この「冬至の七福シチュー」ができあがりました。

また、食物アレルギーを持った人でも、みんなで同じ給食を一緒に味わうことができるように工夫しています。

シチューに隠れた「7つの福」を探しながら給食の時間を楽しくてもらえると嬉しいです。
成長期に欠かせない栄養満点な食材をたっぷり使った「冬至の七福シチュー」を、ぜひ味わって食べてみてください!

「冬至の七福シチュー」

「7つの福」とは…?

- ① 南瓜(かぼちゃ) } 冬至に食べると「運」を呼び込めると言われる「ん」のつく食品
- ② れんこん
- ③ にんじん
- ④ だいこん } 食物アレルギーに配慮し、小麦粉や牛乳の代替として使用した食品
- ⑤ 米粉
- ⑥ 豆乳
- ⑦ みそ ... 健康にいい発酵食品