

7月17日 大学生協の食堂で

食育ランチを提供しました

(写真は、長野市の信州大学教育学部)

7月17日 11:30~ 食育ランチ
信濃の目のおいしい食材をバランスよく食べちゃおう！
ごはんを中心に、副菜・野菜をしっかりと、地産地消のものを食べよう、朝ごはんを食べよう

副菜：漬物(漬)と長野産(漬)がまし
主菜：信州豚のきのこソースかけ
牛乳・乳製品：牛乳
主菜：長野県産あきたこまち
副菜：菊入ひへん(きり)

80食限定 400円
写真はイメージで、実際のものと異なります。
この食育ランチは「信濃の目 食育バランスガイド」の料理例を参考に構成しています。

毎月19日は食育の日
(今月は日曜日のため、17日となりました)
「食育」は知育・体育・徳育の基礎となるべきものです。自分たちの食卓や食べ物のこと、それを取り出す地域産物、生産者等について、自ら学び、実践する「食育」について考えるきっかけの日にしましょう。

食育バランスガイド
1日の食事の量(1人1日あたり)をイラストで示したアイテムです。

主催：長野県生活協同組合連合会
信州大学生協・長野県短期大学生協・松本大学生協
長野県政経長野県政経協
後援：JJA全農長野・長野県協同産販(株)・信州農産物PR協会
(社)長野県栄養士会・(株)みずコーポレーション
伊那食品工業(株)・長野市・長野市地産地消推進協議会

