## ③食育の日の取組

提出都道府県名	群馬県
政令指定都市名	
取組市町村名	株式会社 若菜
  取組団体・企業名	
取組の名称	栄養セミナー レンチン調理 デジタルサイネージ放映
実 施 時 期	6/9 撮影日 (放映は 6/9~7/31)
取組に該当する	3 パランスよく 4 ホワすぎない 12 音音を 構造しよう
食育ピクトグラム	The second of th
取 組 内 容	DIC グラフィックス株式会社群馬工場様の取組みのサポートとして、献立の作成と調理
取 組 内 容 	お導をさせていただいた。
	現状 把 握:単身赴任者の多くは、自炊する方が少なく外食に頼りがち。
	現 状 元 雄 · 単写起は有の多くは、自然 9 るカがタなくが良に積りがら。   目的と対策:一人でも、道具がなくても簡単に作れる「レンチン料理」を紹介すること
	で、調理への意欲向上や、ヘルシーメニューの選択ができると考え、社員
	の生活習慣病改善目的として開催した。
	編集→1週間に1品、食堂のデジタルサイネージで毎日放映。またインス
	タグラムに掲載。調理指導の際、調理のポイントだけでなく、たんぱく質
	や野菜をたっぷり使った料理を紹介することで、炭水化物や脂質に偏ら
	ず、バランスを考えることの重要性を管理栄養士として提言。
	@rikanoeiyounote・Instagram 簡単レンチン料理
	いただく社員の皆様にも、より身近な課題として考える機会となった。
	調理内容:豆乳チーズうどん、キーマカレー、牛丼、
	鯖缶とキャベツのめんつゆマヨ蒸し、鮭のちゃんちゃん焼き
	簡単豚キムチ、棒棒鶏
	は Gardenia トランスリゾト まのちゃんちゃん焼き
	温玉のセキーマルレー  ○ トランスウンフトの独立  「日本 C大きのと目的がりにひきめ、みんは例と耳起、目をジェンスを入り
	/ バルデーの (1989) 14-9 g 世かけ、かがけれ、600(*5分後的、一直別出記す / 水馬の(1982) 3 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0
	・ 無知的に 小 他立と将 ・ 全部 1位 ・ 保護的 1位 ・ 保護的 1位
	/ 558は) 8576
	2014 JAMOPEN/SENTENDED