



給食だより

School lunch newsletter



アンケートの実施について

より良い食堂運営をおこなうため、寮生様に食堂アンケートのご協力をお願いしております。アンケートの結果は、学校様にもご報告し、食堂の改善、向上に繋げて参ります。アンケートは、弊社が受託をさせて頂いている、全国の高专で共通の内容をお伺いしております。頂いたご意見は、貴校の食堂の改善・向上はもちろんのこと、弊社全体の取り組みにも繋げて参ります。

保護者様からの
ご意見・ご要望も
お待ちしております

下記QRコード
アンケートフォームへ
ご記入とご協力を
お願い申し上げます



7月末日
まで

<https://forms.office.com/r/igESYX1Tpp>



8月31日は【野菜の日】です

野菜は、身体の調子を整える「ビタミン」や「ミネラル」を豊富に含みます。日々の食事でこれらの栄養素の必要量を摂取し、生活習慣病などを予防して健康生活を維持するために、1日350g以上の野菜を食べることが推奨されています。

●野菜に含まれる栄養素とその働きは？

野菜からの摂取量が1位となっているビタミン・ミネラルはこれ！



食堂に、毎月「食育メモ」を掲載し、学生の皆さまにご覧頂いております！

食堂でも、夏野菜を使用したメニューをご提供しております！

●月●日夕食
夏野菜と食べる
ハンバーグ
トマトソース



食堂でご提供している「全国高专のご当地メニュー」のレシピをご紹介します！

7月のご当地メニューは…

【愛媛】たこめし をご提供しました！

材料(4人前)

米	450g	たこ	60g
水	480cc	ごぼう	20g
料理酒	10cc	人参	20g
みりん	18cc		
醤油	54cc	刻み海苔	8g
鰹だしの素	4g		
生姜	12g		

作り方

- ①ごぼうはささがき、人参はいちょう切り、生姜は千切りにします。
- ②たこ足は、食べやすい大きさに切ります。
- ③米を研ぎ、刻み海苔以外の食材を入れ、1時間浸漬し、炊飯します。
- ④炊きあがったら、たこめしをほぐします。
- ⑤茶碗に盛り付け、刻み海苔をトッピングします。

たこめしの由来…瀬戸内海で釣ったたこを船の上でぶつ切りにし、米と一緒に炊き込んだ「漁師めし」であったといわれています。

