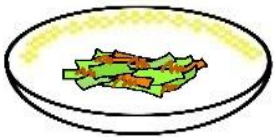
12月「大学コラボ献立」（東筑紫短期大学）

A地区3日（木）／B地区9日（水）

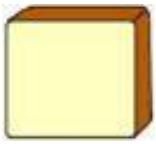




りんご



ゆずドレッシングサラダ



パン



くろまめきなこクリーム





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ができるまで
～東筑紫短期大学の学生さんからのメッセージ～



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　たくさんのいいことが　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、食物アレルギーをもった人も、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んで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と使った「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」の「7つの福」とは…？

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

① 南瓜（かぼちゃ）
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



健康によい発酵食品
⑦ みそ

