



Newspaper in Education

静岡新聞で学ぼう



静岡新聞



三島市の重点プロジェクト「スマートウエルネスシティみしま」の連動企画として7月から日替わり定食「スマートウエルめし」の提供を始めた。日替わりでレシピを考案する。三島給食社員。裾野市出身、29歳。

「スマートウエルめしのセールスポイントは、

「1食500キロカロリーの低



三島市役所食堂の店長として日替わりでレシピを考案する

矢藤 由美子さん

(沼津市)

カロリーを抑え、地場の新鮮野菜をたっぷり使う。ヘルシー定食といっても彩りは大事で、赤、緑の食材を必ず取り入れている」

「食堂利用者の9割は男性なので、ボリュームも大事。栄養の偏りがなく、か

つ満腹感を得られる作り方を常に考えている」
「食に携わる仕事に就いて思うことは、

「以前、大手フードサービス会社に勤めていた時、栄養的に優れた献立はお客様さんには好まれないという現実に直面した。栄養士という自分の仕事を自問自答する毎日だった。今の職場では双方が両立できるので、と、手応えとやりがいを感じている」

◇ スマートウエルめしは価格600円。市役所食堂は市民の利用も歓迎。

- ① スマートウエルめしのセールスポイントを、記事から3つ書き出しましょう。

- ② 赤や緑の食材で思いつくものを、あげましょう。

赤	緑
---	---

2012年8月29日朝刊 東部版

年 組 名前

(小学校高学年 家庭科)