

5種類の緑黄色野菜弁当

栄養考慮し味付け工夫

美作大短大部と「疲労回復」テーマ マルイ共同開発

美作大学とスーパーのマルイが共同開発している食育バランス弁当の第18弾「5種類の緑黄色野菜弁当」の販売が17日、岡山、鳥取、島根の23店舗で始まった。短期大学部栄養学科の学生7人が「疲労回復」などをテーマにカロリーを抑え、ビタミン、たんぱく質といった栄養が偏らずに取れる健康的なレシピを考案した。

女性など栄養不足に悩む人たちがターゲットに、ピーマン、ブロッコリーやカボチャなどの野菜を使ったおかず6品とごはんを盛り付けている。また、酸味と甘みをほど良く感じる梅肉ソースをかけた鶏むね肉のフライ、低脂質と話題の大豆ミートのトマトソースがけなど、味や彩りに変化をつけて食べ飽きない工夫をしている。

ノースランド店で販売キャンペーンを実施。志戸部店では企画に携わった2年生の3人と同大学のマスコミキャラクター「ミマッパ」が、ポスターを持ち、買い物客らにPRしていた。

平島菜瑚さん(19)と前泊亜美さん(19)は「1食で体に必要な栄養素が取れるのでぜひ食べてほしい」と話した。販売期間は6月下旬までを予定し、価格は

税込みで430円。同企画は2013年から取り組んでおり、第10弾「30品目の色とり鶏Bento」は全国のスーパーなどが優れた商品を競つ「お弁

当・お惣菜大賞」で最優秀賞に輝き、定番商品となって現在も販売している。

食育バランス弁当をPRする学生

