



いちご一会とちぎ国体
第77回 国民体育大会 夢を感動へ。感動を未来へ。2022
いちご一会とちぎ大会
第22回 全国障害者スポーツ大会 夢を感動へ。感動を未来へ。2022



いちご一会とちぎ国体
第77回 国民体育大会 夢を感動へ。感動を未来へ。2022

2022年
冬季大会 1/24(月)-1/30(日)

標準献立集『勝利を目指すアスリートのレシピ』コラボレーション 「鮭のホイル焼き」 速攻回復！筋ダメージリカバリーメニュー

みくらオリジナル 国体応援ランチ



【メニュー】

鮭のホイル焼き・親子煮・ブロッコリーの
 ピーナッツ和え・ご飯・けんちん汁



ご提供期間

1月17日(月)～21日(金)

1日限定10食！ 740円(税込)

鮭は、ビタミンDを多く含む食材の一つです。ホイル焼きにして、野菜やきのこ類と一緒に調理することで、たんぱく質、ビタミン、食物繊維など多くの栄養素を一度に摂ることができます。ビタミンDは、鮭や青魚のほか、きのこ類や卵黄にも多く含まれています。きのこ類は、汁物や煮物など、色々な料理に合わせやすいので、積極的に取り入れましょう。



レシピ集に掲載されています



いちご一会とちぎ国体・とちぎ大会実行委員会
 2021年10月発行

● ご予約・お問合せは ●

ニューみくら ☎028-622-1093 (内線 3775・2994)