

豊田工業高等専門学校 給食だより 春号



ご入学・ご進級おめでとうございます！
引き続きよろしく願いいたします！

店長からのご挨拶



店長
山路

管理栄養士
河野

新入生の皆様、ご入学おめでとうございます。慣れない寮生活となりますが、皆さまの健康と、充実した学生生活のお役に立てるよう努めて参ります。

食育テーマ

【朝食を食べる習慣が大事】

【実態】 朝食を食べない高専生は23.3%

※昼と夜は自己都合による欠食以外はほぼ喫食
(出典：2023年度コンパスグループ・ジャパン高専アンケート調査より)

【メリット】

- ・生活リズムが整う
- ・エネルギーの補給
- ・脳を活性化
- ・集中力を高める
- ・食べ過ぎ予防
- ・排便習慣が整う

エネルギー源

ごはん、パン、イモ類、麺

たんぱく源

肉、魚、豆類、乳製品

ビタミン、ミネラル

野菜、果物、海藻、きのこ

バランスの良い食事を習慣づけましょう

💡 毎日朝食を食べると学力正答率・
体力測定平均値が高い傾向

朝食を食べる習慣を今から身につけましょう

季節催事メニューやイベント予定

★Link → [豊田高専学寮様5月献立](#)

↓ 季節催事メニュー 🍱

5月 ①端午の節句 ちらし寿司

②初夏の北海道フェア

「北海道産ホタテ塩ラーメン」

6月 ①Stop Food Waste Day

②中華祭り・冷やし麺

* イベント 🎵

【7月予定】 食育セミナー 😊

対象：新1年生

保護者様からのご意見、ご要望 お待ちしております

我々コンパスグループとしましては大切なお子様をお預けになられている保護者様のご意見を一つでも多くお聞かせ頂きながら、より良い環境作りに取り組みたいと考えております。ご質問や依頼事項、良かった点などもお教え頂き今後の参考にさせて頂きたいと思っております。是非下記QRコードよりアンケートフォームへのご記入とご協力をお願い申し上げます。



(5月末まで入力可)