



管理栄養士おすすめ地産地消レシピ

食べよう まえばし

前橋産の農畜産物をさらにおいしく食べて欲しいという思いを込めて、管理栄養士がレシピを考案しました。

地域で生産されたものを、その地域で消費する「地産地消」を通して、毎日笑顔でバランスよく食べ、食育の輪を広げていきましょう。

レシピはホームページに掲載しています。ぜひご活用ください。

〈 レシピの一例 〉



なすの中華和え



かぼちゃのサラダ



レシピ集はこちらから



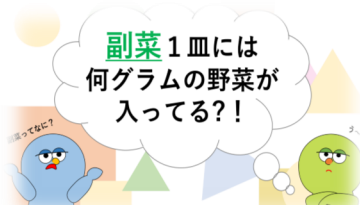
前橋市公式YouTubeで動画配信中

元気まえばし 健康クッキング

第一弾のテーマは「**知って得する！野菜の魅力**」です。

野菜の豆知識と簡単に作れる野菜を使った料理を紹介しています。今の食生活に野菜料理を1皿70g増やしましょう。

子どもから大人まで幅広い年代の人に楽しんでいただける動画となっていますので、ぜひご覧ください。



市公式YouTube

〈問い合わせ先〉

前橋市健康部保健所 健康増進課 食育推進係

前橋市朝日町3-36-17（前橋市保健センター内）

TEL：027-220-5783

FAX：027-223-8849

