

# 食育月間の周知

松戸市  
健康推進課

今日のメニューに迷ったら 5/8

クックパッド（松戸市公式）にて、短時間で作れる、栄養バランスのよいメニューを紹介しています！ぜひ、ごらんください♪

松戸市 クックパッド



いいね！: nikonikoyoshii218、他  
kenkoumatsudo21ouenndann 11月は「ちばを食べよう！ちばの食育月間」です。  
11月はちばの野菜が「旬」を迎え、豊富に出回ります。  
松戸特産の「長ねぎ（矢切ねぎ）」、「小松菜」、「かぶ」もこれから旬の美味しい時期になります。「旬」の食材は栄養価が高く、価格も安く手に入るのも魅力です♪  
ちばの食育月間にちなんで、千葉県産、松戸産のものを意識して食べてみるのもいいかもしれません。

← ツイート

健康松戸21応援団（公式）  
@matsudo\_ouendan

＼ちばを食べよう！ちばの食育月間／  
11月はちばの「旬」の食材が多く出回る時期です。旬の食材は栄養価が高く、価格も安く手に入るのも魅力です♪旬を味わうレシピはこちらから[cookpad.com/kitchen/336125...](https://cookpad.com/kitchen/336125...)

#まつどのキッチン #矢切ねぎ #あじさいねぎ



11月は  
ちばの食育月間で

主食、主菜、副菜をそろえて食べる  
栄養のバランスが整います！

主食・ごはん、パン、麺類など  
主菜・肉、魚、卵、大豆製品を使ったおかず  
副菜・野菜、海藻、きのこ類を使ったおかず

ちばの恵みで まんてん笑顔

午後1:04 · 2022年11月18日

健康松戸 21 応援団公式 Twitter、Instagram を使い、11 月 18 日にちばの食育月間の周知を行った。あわせて、旬を迎える松戸特産の「長ねぎ」、「小松菜」、「かぶ」等を使ったレシピを公開している「まつどのキッチン」（料理レシピサイト「クックパッド」に開設している「松戸市公式キッチン」）の紹介を行った。