



健康長寿とちぎ

食べて健康！プロジェクト

だれでもおいしく、かんたんに！



FOOD OASIS
OTANI

×

Eat Well, Live Well.



AJINOMOTO.

健康長寿とちぎづくり推進県民会議



旬のブロッコリーを 食べよう！

簡単・ 朝食メニュー

ごろごろブロッコリーとチーズのベジマヨトースト



🕒 10分

野菜摂取量

60g
(1人分)



栃木県民の野菜摂取量は約280g。^(*1)あと70g(小皿一つ分)足りません。^(*2)
味の素(株)は、メニュー提案を通じて、栃木県民の健康づくりを応援します！

(*1)平成28年度 県民健康・栄養調査より (*2)厚生労働省 スマート・ライフ・プロジェクトより