

おいしく食べる、カラダよろこぶ

自分のために、地球のために  
.....  
サステナブルに食べよう  
.....

栄養の日

8/4 栄養の日 8/1-7 栄養週間

# 栄養の日

サステナブル (SUSTAINABLE) な社会とは、「持続可能な社会」を意味します。それは、地球の環境を壊さず、資源も使いすぎず、未来の世代も美しい地球で平和に豊かに、ずっと生活をし続けていける社会のことです。



大濠内科

の管理栄養士もレシピを作ってみました🍴



甘夏の  
ヨーグルトアイス

水切りヨーグルトのホエー(乳清)も捨てずにサスティナブル🍴  
食品と栄養をムダにせず利用しましょう



ホエーを使った  
オートミールパンケーキ