

美味しく食べて地域に貢献!
「滋賀めし」食べて野菜不足解消!



農学部 × 滋賀県 × 龍大生協コラボ企画



滋賀めしフェア

滋賀めしとは?

- ① 1食に120g以上の野菜を使用
- ② 県産農畜水産物を2種類以上使用

県産食材を活かした美味しい食事が皆さんの健康に繋がる。そんなメニュー、それが「滋賀めし」です。

今回は、第1回滋賀めしコンテストの入賞作品から提供します。

野菜ってどのくらい
食べたらいいの?

野菜の摂取目標量は1日350g。「両手に山盛り」が目安です。
若者の野菜摂取量が少ない傾向にあります。

しっかり野菜を食べて、健康的な身体を目指しましょう!

協賛: カゴメ株式会社



滋賀めしフェアメニューをご注文の方、
先着順にカゴメのジュースをプレゼント!

11/25(月)~29(金)

本格和風エスニックな
レッドカレー誕生!

滋賀めし
コンテスト
一般部門
銅賞



近江米
みずかがみ
使用

近江レッドカレー

① ¥495 (税込) ② ¥440 (税込) ③ ¥407 (税込)

弥平とうがらし

湖南市に古くから伝わる伝統野菜。
辛さレベルは、タカノツメの約2倍!
糖度も約12度あり、辛さの中に豊かな香りと
うまみが広がります。



12/2(月)~6(金)

滋賀の特徴のある野菜
近江かぶらを使った冬に温かく栄養を
満たしたメニューです!

滋賀めし
コンテスト
学生部門
金賞



近江米
みずかがみ
使用

近江かぶらのトマトリゾット風

① ¥495 (税込) ② ¥440 (税込) ③ ¥407 (税込)

近江かぶら

扁平な形と緻密な肉質が特徴的なかぶで、
リゾットにしても食感が残ります。現在は栽培者が激減。
この貴重な伝統野菜を絶やさないために、
龍谷大学の学生も復活プロジェクトに参加しています。
この企画のために、生産者様に特別に栽培していただきました。



使用するお米は 滋賀県産近江米「みずかがみ」

2013年に「子どもたちの健やかな成長をささえるお米」をコンセプトに誕生した滋賀県オリジナル品種。
炊きあがりがつややかでほどよい粘りと甘みがあり、冷めてもおいしい。



提供店舗 深草: 22号館食堂 | 瀬田: 青志館食堂 | 大宮: 清和館食堂