

優秀賞【メール部門】

りつめいかん う じこうとう がっこう もり た

立命館宇治高等学校 森田 かなえ 様



自分自身の食に関する目標(食のみらい宣言)

来年の春から大学生ということもあるので、
親に頼らず自分で朝食を作るようにする。

目標達成に向けた実践活動についてのコメント

近年は朝食をとらない人も多くなり、
私も朝は時間がなくパンだけなど偏った食事になりがちなので、10分程で作れてかつ
栄養バランスのいいものにした。
また、米の消費量低下に着目して、
ピザトーストを米に変えた。