



シンショク通信

2026. 4月号

VOL.32



技術と思いを次世代へ
春季インターンシップ開催!

日清食品「完全飯食堂」を

視察してきました。

3月、管理栄養士を目指す学生さん達がインターンシップに来てくれました。現場での実習と、実際に提供する献立作成に挑戦!

家庭料理とは違う『大量調理』のダイナミズムと、徹底した衛生管理。学生さん達は私たちが一食一食に込める責任の重さや、美味しく楽しい食事を提供できる喜びを肌で感じてくれたようでした。なによりもお客様に対する気配り・心配りに感銘を受けたようで一般的な飲食店とはまた違う親しみのある対応に驚かされていました。また、献立作成では栄養価だけではなくコスト面や『どうすれば美味しく食べてもらえるか』を一生懸命に考える姿が印象的でした。学生さんたちの真剣な取組に、私たちスタッフも『初心』を思い出させて貰った貴重な時間でした。彼らが立派な管理栄養士として活躍する日を一同心から応援しています!

先日、日清食品様が提案されている「完全メシ食堂」を視察してまいりました。「完全メシ食堂」は、33種類の栄養素とおいしさのバランスを追求した社員食堂向けの提案で、デミオムライスや欧風カレー、ミートソースパスタ、ナポリタン、四川風麻婆豆腐丼など、幅広いメニューが用意されています。また、温めてかけるだけで提供できる簡単調理も特長の一つです。

当日は実際に現地で試食させていただきましたが、率直な感想は「出来立てで非常においしい」というものでした。健康に配慮したメニューでありながら、しっかりとした満足感があり、見た目の彩りもよく、自然と食欲をそそられる内容でした。社員食堂では、健康的なメニューを取り入れたい一方で、手間や運用面が課題になることも少なくありません。その点、完全メシ食堂は、おいさと健康の両立に加え、現場で提供しやすい仕組みも備えており、今後の食堂提案の一つとして非常に参考になる取り組みだと感じました。

これからも、利用者の皆さまに喜んでいただける、おいしく価値ある食事提案につながるヒントを積極的に取り入れていきたいと思っています。



視察当日に試食した完全メシ。出来立てで非常においしく、満足感のある内容でした。



家庭の10倍はある大きな鍋での調理にも挑戦!



学校の先生も見学に来られ、生徒達の活躍を喜んでられました。

桜も綻び春爛漫の4月ですね。つらい花粉症の季節も終わりが近づきました。鼻や目の粘膜、そして肌の表面は、花粉や薬品などの刺激から体を守る最前線の防波堤です。スキンケアと食事の内と外からバリアを整えることが、過剰な反応を抑える近道となります。日々の食事意識したいポイントは3つです。

タンパク質：肌細胞の材料となる肉、魚、卵を毎食片手一杯分。

ビタミンA：粘膜を保護する人参や小松菜などの緑黄色野菜。

良質な脂質：細胞膜の成分となる青魚の油やアマニ油。

体の中から健やかなお肌を作りましょう!

栄養士 田幸の

一言コラム

