

関係各位

弘前大学の 期間限定学生応援企画「リクエストにお応えして 100円朝食実施します！」

期間限定（平日のみ）

2016年7月22日（金）～8月4日（木）

一日150食限定
リクエストにお応えし
50食増やしました。



弘前大学の学生に、

- ①正しい食生活を習慣づけてほしい。
- ②青森県産の食べ物を知り、食べてほしい。
- ③朝食を摂って元気に前期試験に臨んでほしい。

という3つの願いをこめて、リクエストにお応えし「100円朝食」の提供を期間・数量限定で行います。

7月22日（金）の朝食から、4種類の100円朝食メニューを日替わりで出食します。

時 間：8:00～10:00 150食限定
場 所：弘前大学生協 文京食堂Horest

○本件に関する問い合わせ先

〒036-8650 青森県弘前市文京町1

弘前大学学務部学生課学生支援グループ

電話0172-39-3113

Mail: jm3113@hirosaki-u.ac.jp

100円朝食メニュー 4種類

①とろろごはん定食



長いも（青森県産）／とろろだし汁
 ごはん（麦ごはん）／ハムカツ
 キャベツ千切り／トマト（青森県産）
 たまご焼／味噌汁（大根 青森県産）（油揚げ）
 グリコより乳酸飲料協賛
 2015年前期の人気メニュー「とろろ」
 学生に人気の「ハムカツ」の組合せ
 総カロリー約770kcal

②源たれ肉野菜炒め定食



源たれ（青森県）／豚肉・野菜
 （キャベツ・もやし・人参・にら等）
 トマト（青森県産）／たまご焼
 ひじき煮 ごはん（青森県産米）
 味噌汁（大根 青森県産）（油揚げ）
 グリコより乳酸飲料協賛
 2015年の人気メニュー
 朝からがっつりメニュー「源たれ」がポイント
 総カロリー約630kcal

③いがメンチ定食



いがメンチ（郷土料理）／キャベツ千切り
 トマト（青森県産）／たまご焼
 ほづれん草の胡麻和え（青森県産）
 ごはん（青森県産米）／味噌汁（大根 青森県産）
 グリコより乳酸飲料協賛 （油揚げ）
 2015年後期の人気メニュー
 津軽の郷土料理を知ってもらい、肉中心の食事から転換の
 きっかけづくり
 カロリー約700kcal

④焼きさかな定食



サバ塩焼き（大根おろしそえ）／半熟卵
 野菜サラダ
 キャベツ千切り，トマト（青森県産）
 ブロッコリー，コーン
 ごはん（青森県産米）／味噌汁（大根 青森県産）
 グリコより乳酸飲料協賛 （油揚げ）
 肉に偏りがちな学生の食事を転換するきっかけになって
 ほしいという願いを込めた「さかな」定食
 総カロリー約740kcal



江崎グリコ(株)からの応援協賛品
 高濃度ビフィズス菌飲料 BifiX1000