

# 野菜イベントを開催しました！

当院では12月25・26・27日の3日間で、職員を対象とした野菜イベントを開催しましたので、その様子をご紹介します。

様々な種類の野菜が持つ栄養素を知ることができるクイズや、野菜をおいしく食べることができるレシピの配布をするだけでなく、ネギ焼きやミネストローネの試食会なども実施し、野菜について楽しく学ぶことができました。



本イベントで実施したクイズの一例です。ぜひ挑戦してみてください。

Q1. 野菜の栄養価がアップする保存方法は？

A. 冷凍 B. 野菜室 C. 天日干し

Q2. ビタミンCが最も多い食材は？

A. 赤パプリカ B. みかん C. ブロッコリー

Q3. ネギの収穫量が第1位の市町村は？

A. 太田市(群馬県) B. 深谷市(埼玉県) C. 坂東市(茨城県)

Q4. 野菜が漢字で書かれています。それぞれ何の野菜でしょう？

①芽花椰菜 ②竜鬚菜 ③陸蓮根