

-カゴメ創業の地 東海市-

新入生のみなさん！  
ようこそ！



2014年4月10日に締結した  
「トマトde健康まちづくり協定」に基づく、  
東海市とカゴメ(株)での  
「トマトde健康プロジェクト」で  
様々な事業等が進んでいます。



「トマト条例」ってなに？

「東海市トマトで健康づくり条例」は2014年9月30日に制定されました。

○毎月10日はトマトの日

トマトを活用した健康づくりに関する市民の関心及び理解を深めるために毎月10日を「トマトの日」と定めています。

○トマトジュースで乾杯

市民の健康な食生活に向けた意識の高揚を図るため「トマトジュースによる乾杯」を推奨していくと定めています。



4月11日のトマトメニュー 「ABCミネストローネ」



【材料】 4人分		
鶏肉 -----	40g	うす口しょうゆ ---- 小さじ1
にんじん -----	40g	洋風だしの素 ----- 小さじ1
玉ねぎ -----	120g	砂糖 ----- 少々
セロリ -----	6g	食塩 ----- 少々
ABCマカロニ --	12g	こしょう ----- 少々
乾燥大豆 -----	12g (又は水煮24g)	赤ワイン ----- 小さじ1
トマト缶 -----	80g	鶏がらスープ ----- 400cc
にんにく -----	1片	
オリーブ油 ----	小さじ1	

【作り方】

1. 乾燥大豆は水洗いし1晩水に浸けた後、柔らかくなるまで煮る。(水煮大豆の場合は、そのまま使う。)
2. にんじんは、さいの目切り、玉ねぎは半分に切り、薄くスライスする。セロリは6mm幅程度に切る。鶏肉は小さめの一口大に切る。にんにくはみじん切りにする。
3. 鍋にオリーブ油とにんにくを入れて熱し、鶏肉を炒める。にんじん、玉ねぎ、セロリを加え、さらに炒める。
4. 鶏がらスープとトマト缶、1の大豆を加えて煮る。アクが出たらとり除く。
5. マカロニ、調味料を加えてよく混ぜ、少し煮詰める。
6. 香りづけに赤ワインを入れて仕上げる。

\*アルファベットの形をしたマカロニも入った具たくさんトマトスープです！