



食べきりて「ごちそうさま」と笑い合う おそとで・おうちで 30・10

(さんまる・いちまる)

くらん

おそとで実践!

30・10 運動

(さんまる・いちまる)

とは?

宴会では、大量の食べ残しが発生しています。宴会での食べ残しの割合は14.2%※です。**おそとで実践! 「30・10運動」**は宴会などでの食べ残しを減らす取り組みです。次の3つを参考に、宴会での食べきりに挑戦しましょう。

1. まずは、参加者の人数のほかにも、男女の割合、年齢層、料理の好みなどに応じて適量を注文しましょう。
2. 次に、乾杯後**30分間**は席を立たず料理を楽しみましょう。
3. 最後に、お開き前**10分間**は自分の席に戻って、再度料理を楽しみましょう。

幹事さんは、宴会開始後、終了前にそれぞれ30・10運動の声掛けにご協力をお願いします。

※出典:農林水産省 食品ロス統計調査・外食調査(平成27年度)

おうちで実践!

30・10 運動

(さんまる・いちまる)

とは?

おうちで実践! 「30・10運動」は、毎月10日・30日をそれぞれ「もったいないクッキングデー」「冷蔵庫クリーンアップデー」として、家庭での食べ残しを減らす取り組みです。



毎月**10日**と**30日**の2回、区ホームページにて料理研究家「行長万里」氏による食べきりレシピを順次公開します。

平成29年4月10日よりいよいよスタートします。ぜひ、ご覧ください。

食べきり推進店「長五楼」さんにお聞きしました!



Q 最近、「食品ロス」の話題をよく耳にしますが、お客さまの食品ロスへの関心などに変化はありますか。

お客さまの食べ残しは減ってきています。特にランチでは、女性の方を中心にライスを少なめに注文される方が増えました。



Q 宴会では、料理の食べ方などに特徴がありますか。

乾杯からしばらくは料理をお召し上がりになります。お酒が進むにつれて食べるペースが落ちますね。男性はお酒の量が多く、その傾向は顕著です。

Q 宴会での食べ残しを減らす工夫を教えてください。

料理を大皿のまま出すと、みなさま遠慮して最後に少しだけ残すことがあるので、当店では各テーブルで従業員が取り分けてお出ししています。また、食べきれない場合は、その日のうちにお召し上がりいただくことをご案内した上で、生もの以外はお持ち帰りいただくこともしています。

飲み物でも、飲み放題でのびんビールを大びんから中びんに変えたことで、飲み残しが少なくなりました。



Q これからご利用されるみなさまに一言お願いします。

ご予算はもちろんのこと、男女の割合、年齢層、料理の好みなどに応じて、おいしいお料理をご提供させていただいておりますので、ぜひご利用ください。



住所: 篠崎町5丁目6番17号
電話番号: 03-3678-1156
営業時間:

ランチ 午前11時30分~午後3時
ディナー 午後5時~午後10時
定休日: 火曜日(但し火曜日が祝日の場合は営業)



【春のおすすめ料理】
鶏肉の細切り
風味炒め



長五楼の社長
小泉 定雄さん

毎月10日は

もったいないクッキング

毎月10日は『もったいないクッキングデー』です。今まで食べられるのに捨てられていた野菜の茎や皮などを活用して料理をしましょう。

茶がらが
サクサク
大変身!

行長万里の茶がら天井



材料 (4人分)

茶がら … 大さじ4
にんじん …… 80g
えのき …… 80g
ブロッコリー …… 80g
天ぷら粉 …… 75g
水 …… 60ml
ごはん …… 4人分
油 …… 200ml

【たれの材料】
しょうゆ … 60ml
酒 …… 60ml
水 …… 60ml
みりん … 30ml
さとう … 小さじ2

作り方

- ① にんじんは、よく洗って皮ごと細切りにする。えのきは石付きを取って、ほぐす。ブロッコリーの芯は皮をむかず細切り、房も細切りにする。
- ② たれの調味料は合わせて、火にかけ、沸騰して、さとうが溶けたら火を止める。
- ③ ボウルに茶がらと、①、天ぷら粉、水を合わせ、4等分にする。
- ④ フライパン全面にいきわたるように、高さ2cm位の油を入れて温め、火を止めて、1/4量の③を入れて火にかけ、片面約2分ずつ加熱する。
- ⑤ ご飯をよそい、④のをせ、たれをかける。

ホームページでの公開を前に
レシピを先取り!

毎月30日は

冷蔵庫クリーンアップ

~健全なる食卓は健全なる冷蔵庫に宿る~

毎月30日は『冷蔵庫クリーンアップデー』です。冷蔵庫の賞味期限・消費期限の近いものや野菜・肉などの傷みやすいもの、食料庫に眠ったままでなかなか使わない食品を積極的に活用しましょう。**毎月30日にも、冷蔵庫や食料庫に眠りがちな食品を使ったレシピを公開していきます。**

使いきりも大事ですが、不要な食品は家に招かないこと、食品を上手に保存することも大切です!

それに加え

冷蔵庫・食料庫の確認も忘れずに!

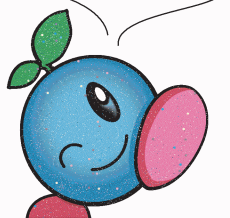
自宅に何があるか把握できていない人は、できている人に比べて食品廃棄をする確率が大きくなります。

保存上手は食べきり上手!

江戸川区名産の小松菜は、湿らせた新聞紙などに包んで、立てて保存すると長持ちします。



出典:国民生活産業・消費者団体連合会



マニュアル・ポップ・コースターを4月公開

4月から区ホームページにて、おそとで実践! 「30・10運動」用の宴会マニュアル・卓上POP・コースターを大公開! お店の方から宴会参加者・幹事さんまで幅広くご利用いただけます。

宴会マニュアル



卓上POP



コースター