

鹿児島野菜で元気百倍！お手軽レシピ！

～管理栄養士によるクッキング講座～

～もったいないを合言葉に、食の宝庫鹿児島の食材を丸ごと美味しくいただきます～

主催：農林水産省九州農政局鹿児島県拠点

協力：公益社団法人鹿児島県栄養士会

日 時：2026年9月5日（土曜日）9：30～13：00

会 場：カクイックス交流センター 東棟5階 調理実習室

（かごしま県民交流センター） 〒892-0816 鹿児島市山下町14-50

定 員：20名

参加費：1,000円（資料・材料費等含む）

準備するもの：エプロン、三角巾、筆記用具 ※動きやすい服装でお越しください。

～当日のメニュー～



- 1 ご飯（鹿児島県産あきほなみ）
 - 2 黒酢和風酢豚
 - 3 地魚摺身と豆腐・野菜のミックス焼
 - 4 オクラの味噌汁
 - 5 まるまる南瓜のムース
 - 6 かごしま冷茶
- <おまけ>残り野菜が簡単に変身！

～スケジュール～

- 9：30 受付 準備・着替え
9：50 開会あいさつ
10：00 本日のメニュー説明、手指消毒、調理開始
12：00 試食、講話：これからは環境にやさしい農業と地産地消が大切！

<申込先>

公益社団法人 鹿児島県栄養士会 〒890-0056 鹿児島市下荒田1-36-1

☎：099-256-1216 Fax：099-256-1217

Email：k-eiyou@po.k-eiyoushikai.or.jp



鹿児島県栄養士会 HP



鹿児島県拠点 HP