

8月8日は、**?? 今日は何の日**

“ブルーベリーの日”です!

ブルーベリーの日とは?

目の働きを助ける効果のあるブルーベリーを摂取して、健康な生活を送ってほしいという思いから制定された記念日。BlueBerryの「BB」が「88」に似ていることや、ブルーベリーの収穫時期であることから、**8月8日**となりました。

ブルーベリーについて



ツツジ科スノギ属の**小果樹**で、綺麗な**青紫色**に熟すことから、「**ブルーベリー**」と呼ばれています。種類は100以上あるといわれ、主にケーキやパイの素材、またはジャムやソースに加工されています。日本の主な栽培地は、長野県・東京都・群馬県などです。



ブルーベリーの歴史



ブルーベリーの原産地は**アメリカ**です。17世紀頃、野生として自生していたものを、先住民が食料や薬に使用していました。日本にブルーベリーが導入されたのは1951年。当時は栽培方法が確立されていなかったため普及しませんでした。その後大学にて経済栽培の研究が行われ、**1968年**に東京都小平市にて**日本初の栽培**が始まりました。

“疲れ目”に効果的!

ブルーベリーに含まれる“**アントシアニン**”は、目に良いとされサプリメントにも利用されています。

アントシアニンとは?

第7の栄養素といわれる**ポリフェノール**の一種で、花や果実に含まれる**紫色の色素**のこと。植物が紫外線など有害な光から身を守るために蓄えられています。

目に良いのはなぜ?

疲れ目の原因は、網膜にある**ロドプシン**が古くなるため。アントシアニンは、**ロドプシン**を新たに作り出すサポートをするため、**疲れ目の改善・予防**の効果が期待できます。



スティックタルトFe ブルーベリー

鉄分強化

冷凍

今月のおすすめ商品はコレ!



乳・卵・小麦不使用!!

【商品規格】	30g × 40個 × 3合	【ジーピーフーズ】	
【アレルギー (28品目)】	大豆・りんご		
【調理法】	自然解凍でお召し上がりください。(室温25℃前後で1時間)		
【原料配合】			
さつまいも	44.75% (日本)	こんにゃく粉	1.25% (群馬県)
マーガリン	16.009% (マレーシア他)	水飴	0.82% (米国他)
米粉	10.43% (新潟県)	食塩	0.08% (兵庫県)
砂糖	8.765% (タイ他)	酸味料	0.12% (日本他)
ブルーベリージャム	6.71% (日本他)	ゲル化剤 (増粘多糖類)	0.1% (ドイツ他)
おからパウダー	4.81% (日本)	乳化剤	0.07% (マレーシア他)
食用植物油	2.44% (カナダ他)	香料	0.011% (日本他)
ぶどう糖果糖液糖	1.92% (米国他)	クエン酸鉄ナトリウム	0.01% (日本)
還元麦芽糖	1.7% (タイ)	トレハロース	0.005% (米国他)

商品特徴

ブルーベリーと紫芋で作った色鮮やかな餡を、しっとり食感のタルト生地で包みました。乳・卵・小麦など7大アレルギーを一切使用していない、低アレルギーデザートです。

おすすめ献立例

- ・コッペパン
- ・スティックフライ
- ・白菜のスープ
- ★スティックタルト
- ・ピラフ
- ・ミートボール
- ・キャベツのサラダ
- ・豆乳コンソープ
- ★スティックタルト