

アスリートの体作りに役立つ「きのこ」をふんだんに使ったメニューを展開

アスリートの体作りを助ける

きのこフェア開催

2017年6月19日(月)～7月31日(月)
鹿屋アスリート食堂(都内3店舗)で期間限定販売スタート

近年三大栄養素(糖質、脂質、タンパク質)と並んで、アスリートの「体作り」や「パフォーマンスの向上」に不可欠と言われるビタミン、ミネラル、食物繊維を効率的に取れる「きのこ」に注目し、「アスリートの体作りを助けるきのこフェア」として特別メニューを鹿屋アスリート食堂にて展開いたします。鹿屋アスリート食堂本店(東京都千代田区)、丸の内店(東京都千代田区)、品川シーズンテラス店(東京都港区)の3店舗で、2017年6月19日(月)～7月31日(月)の期間、きのこを使ったメニューを展開するほか、きのこを使ったスポーツドリンク「きのこスポドリ」の無料提供(本店のみ。毎日先着50名)を実施し、アスリートの体作りのサポートを行います。



きのこスポドリイメージ

【きのここと体作りについて】

体作りを行うには三大栄養素と呼ばれる「糖質、脂質、たんぱく質」の摂取が主に考えられますが、三大栄養素を中心に偏った摂取をしても効率的には働かず、体内に取り込まれた栄養素の分解吸収や代謝を助けるビタミンや、組織の構成要素になり、心身の調子を整える働きのあるミネラルと一緒に摂ることで、食事の効果が高まると言われています。

アスリートは体作りのために、食事量の調整や栄養管理を行う方が多く、スポーツをする方にとっておすすめの食材として、様々な料理作りに馴染みやすく、野菜と比較してビタミン、ミネラルが豊富と言われる「きのこ」です。菌活などでも注目されることが多いきのこですが、今回のフェアを通じて、身近な食材であるきのこが、アスリートにとって必要な栄養素を豊富に含んだパートナーであることを広く知って頂ければと思います。

「アスリートの体作りを助けるきのこフェア」概要

■実施期間:

2017年6月19日(月)～7月31日(月)

■実施店舗:

都内の鹿屋アスリート食堂3店舗で実施

鹿屋アスリート食堂 本店

東京都千代田区神田錦町 3-21

TEL 03-3233-6565

鹿屋アスリート食堂 丸の内

東京都千代田区丸の内 3-1-1

TEL 03-5208-5011

鹿屋アスリート食堂 品川シーズンテラス

東京都港区港南 1-2-70 品川シーズンテラス1F

TEL 03-5715-4505

■提供メニュー:

鹿屋アスリート食堂が提供する「アスリート食堂定食」は、「ご飯、汁物、15種類以上の中から選べる3つの主菜」で構成される「一汁一飯三主菜」です。期間中は、主菜と汁物にきのこを使ったメニューを展開するほか、本店2Fのランニングステーションでは、きのこを使ったスポーツドリンク「きのこスポドリ」の無料提供を実施します。

・主菜/韓国風きのこ豆腐のピリ辛スープ(手前・真ん中)

夏の食欲不振を解消する、マイタケとブナピーを使ったピリ辛アツアツスープ。

・汁物/マイタケとねぎのお味噌汁

しゃきしゃきした食感が嬉しい。マイタケとねぎを使ったお味噌汁。

・スペシャルサービス(本店のみ)/きのこスポドリ2種類

※1週間ごとに交互に提供。毎日先着50名様まで

①からだづくりの新定番 食べる「きのこスポドリ」

アスリートに必要な三大栄養素(糖質、脂質、タンパク質)とビタミン、ミネラルがバランス良く取れるきのこドリンク。スポーツ後の摂取に最適。

②運動後の新定番 さっぱり「きのこスポドリ」

スポーツで失われる塩分とエネルギーを作るための糖分の代謝を促すドリンク。きのこの潤滑栄養素(ビタミン)が、糖分の代謝を促進。



食べる
「きのこスポドリ」



さっぱり
「きのこスポドリ」

■鹿屋アスリート食堂について:

「鹿屋アスリート食堂」は、株式会社バルニバービ・国立大学法人 鹿屋体育大学・鹿児島県鹿屋市からなる「産学官連携プロジェクト」。食材の宝庫と評される鹿屋の良質な食材を用いて、「スポーツ栄養学」に基づいた選べる3つの主菜と汁物、ご飯で構成される「一汁一飯三主菜」のバランス定食を提供する食堂です。