



一瞬が大切

大切な時間を仲間と過ごす

ライフスタイルの充実

美味しい 楽しい 嬉しい をシェアしよう

五感で楽しむ

一生の思い出

居心地のいい時間を





# 食堂便り

2018-2019

10-9月号チームごはん発行

## 朝ごはん

てな  
る！  
きく  
た  
早  
食



日本人20代の若者約半数が朝食を食べていないこと、ご存知ですか？朝食は1日のエネルギー源。朝食抜きの日には、どうしても精神力や体力に悪い影響を及ぼしがち。大学生だと前日の部活やサークル活動、勉強、アルバイトなどで夜更かしし、翌朝は食事をとることなく学校に向かってしまうのではないのでしょうか。

セトルではこういった忙しい学生生活の中でも、しっかりとエネルギーが摂れるような、尚且つ毎日の食事が楽しみになり習慣化することを意識しながら献立を作っています！

例えば最近人気の献立は、食べ放題の朝カレー、スタンダードな朝食である目玉焼きとベーコン、オムレツとナゲットのセットなど。

現在、次々と新しい献立が考えられていますので、それも合わせて学生の皆様の楽しみになることをスタッフ一同、願っています！

こんにちは。セトル伊都のレストランで料理長を務めております、小西です。

気がつけばもう3年間、料理長をしています。基本的に、いつもレストランにおりますので学生さん達は僕のことをご存知だろうと思います。私がいとも献立を作っていますが、意識しているのはやはりボリューム面が一番ですね。お腹いっぱい満足、と言ってもらえるような献立を目指しています。

また学生さんの様子を伺い、季節や時期に添った食事の提供。例えばクリスマス、ハロウィンなどのイベント時、テスト前の応援メニューとか…食事から、学生さんのライフ

### pick up person



スタイルに寄り添う事で充実した学生生活のお手伝いになればいいな、と思ってます。僕も学生だったらこんなところ住みたいなって感じられる場所に行きたいですね。大事なお子さんをお預かりしている以上、食事から健康的な毎日をサポートすることを念頭に置いていますので、何か小さい事でもありましたら、いつでも気軽に相談してください。いつでもレストランでお待ちしております。

セトル広報部・チームごはんよりご挨拶

やっと暑い夏が終わり秋の風が心地よく感じられる季節となりました。とはいえ食堂便りを作成途中の今、夏真っ盛りで福岡には台風が接近しています。学生の皆様が台風で学校が休校になったりと朝からはしゃいでいる姿が何度か見受けられました(笑) テスト勉強期間が多く獲得できますね！さて、今回の号では朝食のコラム、レストラン料理長のインタビュー、そしてイベントの様子などお伝えして行きます。



### ハロウィン (十月)

かぼちゃの収穫祭であるハロウィンは南瓜をふんだんに使ったメニュー。ミイラモンブランと目玉のポンチでお腹いっぱい！魔女と南瓜のおぼけも登場し、楽しい夜となりました。

### USAフェスティバル (十一月)

アメリカンな食事！をテーマに大きなハンバーガーや巨大ケーキ、手作りアメリカンドッグ、そしてドクターペッパーのジュースで乾杯！



### クリスマスパーティー (十二月)

年末最高の盛り上がりを見せたのはコレ！会場には沢山のオーナメント。素敵な空間でした。当日はカップケーキのデコレーション大会が行われ、真剣にクリームをデコる学生さん達の姿、とても楽しそうで嬉しかったです！



### 芋煮会 (一月)

セトル恒例、年始は芋煮会。今年は体験型のイベントを目指し、杵と臼を手に入れました！当日はベテランスタッフによる熱血指導(笑) つきたてのお餅はとても美味しかったです。



### おにぎり会・おでん屋さん (5月)

新学期一番目の朝食ビュッフェはおにぎりとおでん屋さん。卵焼き、照り焼きチキン、沢山の種類のおにぎりが食べ放題。冷や汁でスッキリと朝を過ごしました。



### セレクトモーニング (6月)

朝食でビタミンたっぷりのサラダを食べ、気持ちのいい週末を、と開催されたこのイベント。サラダのトッピングを自由に選び自分だけのご馳走サラダを作ってもらいました。

