

うどんの名店と
栄養の専門家による
産学官コラボが実現!

本手打うどん 庄司



あなたらしさをともに育む
十文字学園女子大学

冬のあったか ごじる 呉汁

水でふやかした大豆を砕いたものを「呉」といい、味噌汁に入れたものを「呉汁」といいます。全国各地でつくり継がれてきた**栄養価の高い美味しい郷土料理**です。

みんなで「かわじまグルメ」
を味わおう♪



かわみん
川島町マスコットキャラクター

かわべえ
かわべえ

当店の「呉汁」は、八丁味噌ベースの美味しいスープに10種類以上の野菜と、すりつぶした大豆を加えています。うどんは、全粒粉を配合したコシの強い武蔵野うどんです。



十文字学園女子大学
マスコットキャラクター
食物栄養学科のプラスちゃん

▶ プロ目線の栄養評価

「たんぱく質」と「食物繊維」の多さと
「ナトリウム/カリウム比率*」に注目!

一般的なきつねうどん**より

たんぱく質は約1.4倍

食物繊維は約3.2倍

多く含まれています

*「ナトリウム/カリウム比率」については「みんなの実践食事学!」を見てね

▶ 呉汁うどんの栄養成分**

1食当たりの目安量 (小盛・うどん400g)

エネルギー: 842 kcal

たんぱく質: 33.2 g

脂質: 25.2 g

炭水化物: 129.0 g

(食物繊維: 20.0 g)

食塩相当量: 9.4 g

ナトリウム/
カリウム比率
= 1.92

** 成分値は「日本食品標準成分表 (八訂) 増補2023年」による計算値



学生が栄養計算や特徴などを調査・分析しました

▲ 国井ゼミで調査研究に取り組んでいる大学4年生 (左: 神田結衣さん・右: 大美賀芽生さん)

▶ 十文字学園女子大学 人間生活学部 食物栄養学科

国井ゼミでは「実践食事学」という新しい学びの場をつくり、地域の皆さんと食と健康をつなぐ実践的な活動をしています



川島町役場農政産業課・川島町商工会

▶ 本手打うどん庄司

埼玉県比企郡川島町上伊草743-9

049-297-7703 (不定休)

10:30~14:30 ※売り切れ次第終了

