

2025年2月27日

株式会社 優食

3月8日開催 女子栄養大学出版部 90周年記念イベント 『栄養と料理 Day』に「優食」が中華圏の定番食材“豆腐干”を展示

豆腐干の販売と関連商品の開発・販売を行う株式会社 優食（本社：東京都江戸川区 代表：Yuen Gabby-Li）は、月刊「栄養と料理」を発行する女子栄養大学出版部（東京豊島区）が主催する、女子栄養大学出版部90周年記念イベント『栄養と料理Day』（2025年3月8日 土曜日）にブース出展いたします。



■「栄養と料理Day」とは

2025年に創立90周年を迎える女子栄養大学出版部が主催する、読者参加型のアニバーサリーイベント。

「食と健康を楽しむ特別な日」をテーマに、女子栄養大学教授による講演会、料理研究者による講演&調理デモ、協力企業による試食・展示会などの様々なイベントが催されます。

栄養と料理Day 特設サイトURL <https://eiyo21.com/info/4650/>



■出展内容

豆腐干の魅力を来場者の皆さまに知っていただくべく、4号館5階「松柏軒」にて各種展示を行います。

試食メニューは料理研究家 市瀬悦子さん監修の「豆腐干キャロットラペ」（下記画像）。

「冷凍 豆腐干 100g」の無料サンプリング（数量限定）も予定しています。



■「栄養と料理Day」概要

日 時：2025年3月8日（土）（受付9:30）10:00～16:00（入場無料）

場 所：女子栄養大学駒込キャンパス 東京都豊島区駒込3-24-3（JRまたは地下鉄南北線より徒歩5分）

主 催：女子栄養大学出版部

共 催：日本ソフト開発株式会社

協 力：女子栄養大学、女子栄養大学短期大学部、香川調理製菓専門学校、女子栄養大学生涯学習センター、菓子工房プランタン、松柏軒

協力企業：エスピー食品株式会社、株式会社グレイン・エス・ピー、サーモス株式会社、さとの雪食品株式会社、株式会社ニチレイフーズ、株式会社ニッポン、ネスレ日本株式会社、株式会社はくばく、ヒゲタ醬株式会社、株式会社優食（50音順）

ウェブサイト：<https://eiyo21.com/info/4650/>

■「豆腐干」とは

「豆腐干」とは、単に豆腐を干したものではなく、豆腐に圧力をかけて水分を抜き、軽く乾燥させた食材です。中華圏では「豆腐干」を細切りにしたものが「豆腐干絲」として、古くから定番食材として広く親しまれ、和えものなどの副菜から、炒めもの・煮ものなどの主菜まで幅広く活用されてきました。近年日本では、低糖質・高たんぱく質・グルテンフリーといった優れた栄養特性が脚光を浴び、そのくせの少なさ・アレンジのしやすさから、和洋中様々な料理へと活用の幅が広がっています。

■優食の「豆腐干」の栄養成分（100gあたり）

エネルギー	： 214kcal
たんぱく質	： 23.0g
脂 質	： 12.5g
炭水化物	： 2.8g
糖 質	： 1.8g
食物繊維	： 1.0g
食塩相当量	： 8.3mg

※（一財）日本食品分析センター調べ

※サンプル品分析による推定値



■株式会社 優食 会社概要

商号 株式会社 優食

所在地 〒132-0024東京都江戸川区一之江七丁目35-22 一富ビル5階

HP <https://yushoku.co.jp/>

電話 03-5662-2555 FAX 03-5662-3898

メール info@yushoku.co.jp 代表者 Yuen Gabby-Li



■本件に関する報道関係者からのお問い合わせ先

株式会社 優食 担当：平手（ひらて） 電話：03-5662-2555 メール：info@yushoku.co.jp