

平成26年度 学校給食料理教室 (第35回大分県少年の船14班)



日 時：平成26年12月6日（土）

場 所：公益財団法人大分県学校給食会

講 師：公益財団法人大分県学校給食会
食育アドバイザー 渡邊 ハルミ

☆渡邊による講話

今日作る献立にはどんな食材が使われていて、その食材が何から作られているかをお話しました。
また、その食材を「赤・黄・緑」の3つに分けて、その3つの役割や働きを児童たちと一緒に考えました。

☆調理実習

献立のテーマ：食物繊維たっぷり、お腹スッキリ！！





献立

- ・雑穀ごはん
- ・麻婆豆腐
- ・バンサンスー（中華風春雨）
- ・大根と昆布のスープ
- ・ナタデココとミルク寒天

参加者の方からいただいた感想の一部をご紹介します☆

- ・とても美味しかったです。野菜もたっぷりでおなかいっぱいになりました。味もバランスも良いなあ后感心いたしました。
- ・野菜を沢山使った献立、とても参考になりました。昆布を細かく切ってスープに入れるというのが今後に生かせそうです。

ご参加いただいた皆様お疲れ様でした。どうもありがとうございました。
またのご参加をお待ちしております！！