

平成26年度 学校給食料理教室（大分県立大分支援学校）



給食会理事長 別木達彦 あいさつ

期 日：平成27年2月10日（火）

場 所：大分県立大分支援学校

講 師：国立大学法人大分大学
教育福祉科学部附属小学校
栄養教諭 後藤 彩 先生



☆講師の後藤先生による講話

パワーポイントを使って、育てよう「かむ力」をテーマに昔と今の食事を比べて、昔の食事は今の食事の約6倍もの咀嚼回数があったことや、よく噛むことで集中力のアップにもつながることをお話していただきました。

☆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☆

- ・毎年楽しく参加させてもらってます。他のお母さん方の調理の仕方など参考になりました。
- ・味付けがとても良かったです。サラダのレパートリーを増やしたかったのでやってみたいと思います。

ご参加いただいた大分県立大分支援学校の皆様
お疲れ様でした。どうもありがとうございました。
た。