

平成27年度学校給食料理教室（佐伯市立佐伯東小学校）

日 時：平成27年10月10日（土）

場 所：佐伯市立佐伯東小学校

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



調 理 実 習

献立のテーマ：地産地消、大分でとれる食材を知ろう



食材を切ったり、混ぜたり、分担して作っています！



誰が一番長くのばせるかな？

献 立

- ・ 県産麦ごはん
- ・ ブリのカボスソース
- ・ 豊っ子あえ
- ・ スタミナみそ汁
- ・ やせうま



どの班もおいしくできました！！

講 話

くるくる回る六角形、みんな上手に作る事ができました！



赤・黄・緑（三色食品群）の勉強をしました。
繰出し六角形を作り、どんな食材がどの色の食品群なのかを考えました。
全ての色をバランスよく食べることが大切だと学びました。

六角形をみながらバランスよく食べよう！



感 想

参加者からいただいた感想の一部をご紹介します♪♪

親子（特に息子と）で料理することが少ないのでとても良い時間になりました。ありがとうございました。

おいしかったです。お料理が苦手なのでレパートリーも増えてうれしいです。

★参加した児童の感想★

◎今日はとてもたのしい1日でした。わたしはだんごをつくるのがたいへんむずかしかったです。またやりたいです。 4年生

◎じぶんでつくっておいしかったです。またいきたいです。こんどいえでつくりたいです。いろんなところで、いろんなひとにおしえてあげたいです。 1年生

◎やせうまがかんたんにできたので、家でも作りたいです。 3年生

佐伯東小学校の皆さま、お疲れさまでした！
たくさんのご参加ありがとうございました。

