

平成28年度学校給食料理教室【別府市PTA連合会】

日 付：平成28年9月14日（水）

場 所：公益財団法人大分県学校給食会

講 師：宇佐市宇佐南部学校給食センター
栄養教諭
加来 美名子 先生



調理実習



たくさんの方にご参加いただき、
皆さんパワフルに調理していま
した！
どの班も手際よく、楽しそうに
お話ししながら過ごしていました
♪

献立

献立3：人気メニュー

～子どもの好きな給食を食べよう～

- コッペパン（手作りバター）
- 鶏肉のマーマレード焼き
- 野菜サラダ
（セサミドレッシング）
- 米粉シチュー
- フルーツのミルク和え



講 話

「早寝・早起き・朝ごはん～時間栄養学より～」と題し、講話をおこないました。

「何を食べるか」だけでなく、「いつ、どう食べるか」が大切であること等を学びました。



♪講話の感想♪

「早寝・早起き・朝ごはん」＝規則正しい生活くらいにしか考えていなかったもので、時間栄養学という視点で見るとおもしろかったし、必要性を再認識しました。

給食会の施設見学では「物資倉庫」と「食品検査室」をみていただきました！普段入ることのない冷凍庫の寒さに驚いていました♪



物資倉庫



食品検査室

感 想

参加者からいただいた感想の一部をご紹介します♪♪

子ども達が好きな献立を考えてくれているなあという気持ちがよく伝わってきた内容でとてもおいしかったです。

他校の方々と楽しく調理ができました。どれも美味しく、帰って子ども達に作りたいたいと思います。

バターやドレッシング、ルーまでも手作りで使いやすいものばかりでよかったです。

家庭では使用しない食材（米粉、スキムミルク等）でこんなにも美味しくできるのだと驚きました。

たくさんのご参加ありがとうございました♪
またのご参加お待ちしております☆

