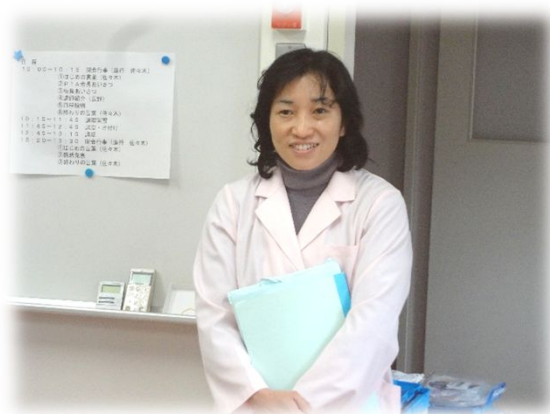


平成28年度学校給食料理教室【大分県立盲学校】

日 付：平成28年12月22日（木）

場 所：大分県立盲学校

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



バターは振るのが大変でしたが、市販のバターにまけない位いいものが出来ました☆

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



試食 & 感想発表



校長先生や教頭先生も加わり、みんなで試食をしました。試食後は参加したみなさんから感想発表があり、楽しい時間を過ごしていただけたようでした。

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、どう食べるのか」が重要であることや、できることから始めることが大切だというお話がありました。

♪講話の感想♪

早寝、早起きの大切さを改めて考えさせられました。

感想

参加者からいただいた感想の一部をご紹介します♪♪

とても良い時間であったという間でした。ありがとうございました。

毎日の中で作ってみようと思う気になるのがいいですね。良かったです。

スキムミルクや米粉など普段料理で使わないものを取り入れ、おいしい料理が出来ることを知れて良かったです。

バターは振るのが大変でしたが、出来て嬉しかったです。味もとてもおいしく良かったです。

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☆

