

# 平成29年度学校給食料理教室【大分県立由布支援学校】

日付：平成29年8月25日（金）

場所：大分県立由布支援学校

講師：大分市立松岡小学校  
主任学校栄養職員 伊東 彰子 先生



## 調理実習



少ない人数でしたが、  
手際よく調理ができました。  
野菜を切ったり、  
揚げ物をしたり、  
班のみなさんで  
協力することが  
できました！



## 献立

献立1：給食おすすめメニュー

- ・ 県産麦ごはん
- ・ 鶏肉のバーベキューソース
- ・ シャキシャキサラダ
- ・ 切干大根と豆乳のみそ汁
- ・ フルーツ豆腐白玉

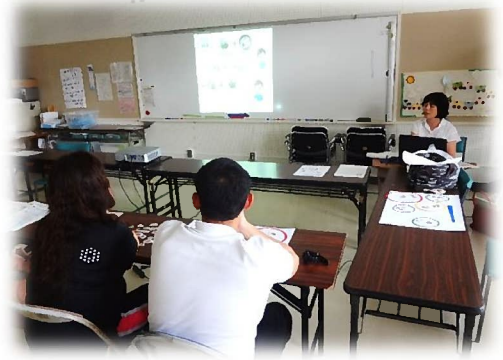


## 講 話

『バイキングにチャレンジしよう』と題し、  
講話をおこないました。

主食・主菜・副菜の3つがそろくと栄養の  
バランスが取れやすいことなどを学び、  
料理カードを使ってバイキングに  
挑戦しました。

栄養のバランスを考えながら、  
料理を選ぶことが出来ました！



## 感 想

参加した保護者にいただいた感想の一部をご紹介します！

初めての親子料理教室でしたが、  
とても楽しかった。また次回も  
参加したいと思った。

子どもと一緒にできて、子どもにも  
わかりやすく良かったです。

### ★参加した生徒の感想★

- 今日は学校給食料理教室があり、料理を作りました。からあげを揚げたり、れんこん、きゅうり、にんじん、とうふ、あぶらあげなどを切りました。白玉だんごをまるめました。僕が作ったものの中で最も好きなのは鶏肉のバーベキューソースです。おいしくできて良かったです。栄養の勉強もできて良かったです。
- おいしかったのは、シャキシャキサラダ、フルーツ白玉。ごぼうの切り方がむずかしかった。おやさいがたくさんたべられた。



暑い中、ご参加いただき、ありがとうございました！

これからもよろしくお願いたします！

