

平成30年度学校給食料理教室【大分県立由布支援学校】

日 付：平成30年9月28日（金）

場 所：大分県立由布支援学校

講 師：大分県立盲学校
主任学校栄養職員 本田 真紀 先生



調理実習



班の中で手分けして、スムーズに調理ができました。調理中も会話を楽しみながら、調理ができました！



献立

献立3：地場産物メニュー

- 県産発芽玄米ごはん
- ぶりとカラフル野菜のかぼすソースかけ
- ひじきの炒め煮
- 大根おろし汁
- 豆乳プリン





試食の様子

教頭先生や担当の先生も一緒に試食しました。



講話

『肥満予防、1日にとりたい野菜量』について、講話をおこないました。

よくかんで食べることや適度な運動が肥満予防につながることを学びました。

また、1日に必要な野菜量や、野菜をたくさん食べる方法などについても教えていただきました。



感想

参加した方からいただいた感想の一部をご紹介します

ブリは魚の苦手な子どもでも食べられそうでおいしかったです。

素材がよく、大変おいしかったです。

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いたします！

