

# 令和元年度学校給食料理教室【大分県立盲学校】

日 付：令和元年12月24日（火）

場 所：大分県立盲学校

講 師：大分県立盲学校  
専門学校栄養職員 本田 真紀 先生



## 調理実習



先生からアドバイスをもらいながら和気あいあいと調理をしました！



## 献立

献立2：ふるさとメニュー

- ・ 県産麦ごはん
- ・ 県産ぶり丼
- ・ ニラ豚
- ・ だんご汁
- ・ かぼすゼリー





## 試食の様子

全員で一緒に試食しました！  
だんご汁もやさしい味でおいしいと好評でした。



## 講話

「成長期に必要な栄養素 カルシウムについて」と題して講話をおこないました。骨の発達とカルシウムの関係について解説をし、カルシウムチェック表で毎日どれくらい摂れているか確認しました。給食での牛乳摂取の大事さ（栄養調査の結果、土曜・日曜にカルシウムの摂取量が低い）など、具体的な話から、カルシウム摂取の大切さを実感していました。



## 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♪

- ・メニューが大分のふるさとの味なのでたいへんおいしく、夕食にも良いと思いました。
- ・ニラ豚のタレがとてもおいしくて家でもやってみようと思います。
- ・普段調味料など計って作る事がないですが、にら豚の調味料の分量がわかって良かったです。事前に豚肉を切っていただいていたり、調味料も計っていただいていたので、とても良かったです。給食会の方にもよくして頂いたので、また参加したいと思います。他の保護者の方もぜひ参加してもらいたいです。ありがとうございました。

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願いいたします！

