

# 平成26年度 学校給食料理教室（中津市教育委員会）



期 日：平成26年11月13日（木）

場 所：大幡コミュニティセンター

講 師：公益財団法人大分県学校給食会  
食育アドバイザー 渡邊 ハルミ



## ☆渡邊アドバイザーによる講話

「朝食で、やる気・集中力アップ！」をテーマに朝食は1日のリズムを作ることや学力アップに関係していることを話しました。  
また、朝食のメニューをいくつか紹介しました。

## ☆調理実習

献立のテーマ：地産地消、大分でとれる食材を知ろう





## 献立

- とりめし
- 県産さばの塩糍漬け焼き
- 和風サラダ
- かきたま汁
- キャンディーポテト

参加者の方からいただいた感想の一部をご紹介します☆

- ・キャンディーポテトを家でも作ってみたいと思いました。
- ・朝食は毎日作っているんですが、主人がなかなか食べてくれないので、冊子を見せて考えてもらうようにしたいと思います。
- ・多くの方に参加していただけたらと思います。
- ・今日の料理、とってもおいしかったです。
- ・食の大切さを改めて考えさせられました。

ご参加いただいた中津市の保護者の皆様お疲れ様でした。どうもありがとうございました。またのご参加をお待ちしております！！