平成28年度学校給食料理教室【由布市立東庄内小学校】

日 付:平成28年11月23日(水)

場 所:はさま未来館

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



調理実習











この日は5年生が収穫した お米を使いました♪とっても おいしかったです! 野菜を切ったり、揚げ物をし たり、班のみんなで協力して 作ることができました☆

献立

献立1:給食おすすめメニュー

~不足しがちな栄養をとろう~

- ・県産麦ごはん
- さばの唐揚げネギソース
- ごぼうサラダ
- もずく入りかきたま汁
- 豆腐みたらし

みんなで食べると、 よりおいしく感じます♪







「かむ力」についての講話がありました。「なぜかむことが大切なのか」「かまないとどうなってしまうのか」などを学び、保護者からは「かむことの大切さを改めて考えさせられたので、やわらかいものばかりではなく、よくかむものを取り入れます。」との感想がありました。

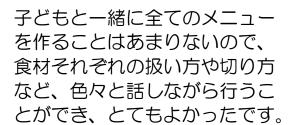
みなさん真剣に話をきいていました!



感想

参加者からいただいた感想の一部をご紹介します♪♪

親子でとてもいい時間が過ごせました。空腹を満たす為ではなく、「人に良い事」=「食事」を今後もっと心がけていきたいと思います。



★参加した児童(5年生)の感想★

- ◎ 久しぶりに料理をして、やっぱり料理は楽しいな~と思いました。だからこれからは料理を作るのを家でもやりたいと思いました。料理をできるいい機会になりました。かたいものを食べてあごも強くしたいです。またしたいです。
- ごぼうやにんじんをほそく切るのがむずかしかったです。今日をもとにして家でも手伝いをしようと思います。お母さんがいいぐあいに切れてるねと言ってくれたので、うれしかったです。
- ◎ 初めて学年レクで料理をして、最初はむずかしいかなーと思ったけど、 やってみると意外とかんたんだったので家でもやってみたいです。今日 は、1のちょうり方法をやったけど、家では2・3もためしてみたいで す。色々とおしえてくれてありがとうございました。

