

参加者募集

令和2年度

# 学校給食料理教室

幼稚園・小・中学校及び特別支援学校の保護者並びに児童・生徒を対象に実施しています！  
学校給食の工夫などがわかり、参加者から好評をいただいております。

★ 親子料理教室もできます！

★料理教室  
おすすめ  
ポイント★

★ 県内どこでも出張します！

★ 材料費は学校給食会が負担します！※

★ PTAの研修や学校行事でご利用ください！

※施設を利用する場合の会場費は申込者負担となります。



## 実施期間

令和2年8月1日から令和3年2月28日まで  
※日曜・祝日およびその翌日は実施しません。



新型コロナウイルス感染症の感染拡大防止のため、実施期間及び参加人数等を縮小して実施します。

## 会場

公益財団法人大分県学校給食会または  
県内各地の料理教室に必要な設備を備えた学校・公民館等

## お申込の流れ

開催希望日をご相談ください！

※あらかじめ第2希望程度をご検討のうえ、ご連絡ください。



開催日  
決定

参加申込書をご提出ください！

※開催希望日の1ヶ月前までに郵送又はFAXで申し込んでください。  
※ただし11月から2月までの間に希望する場合は、**令和2年9月30日**までに申し込んでください。



「実施要項」「献立一覧」「参加申込書」は学校給食会ホームページからもダウンロードできます★

大分県学校給食会



お気軽に  
お問い合わせ  
ください！

お問い合わせ・お申込先

公益財団法人 **大分県学校給食会**

はまもと

総務課 企画普及係（担当：濱本）

〒870-0844 大分市大字古国府字内山1 3 3 4の3

☎ 097-543-5121

FAX 097-545-2264

メールアドレス：hamamoto@oita-kenkyu.jp

# 実習献立



実習献立を一つ  
選んでください！



全ての献立に  
牛乳がつかます

## 献立 1 おたのしみメニュー

給食で楽しみながら食べるメニューです。どれも子どもたちに人気のメニューです。



【アレルギー物質】  
小麦、乳、卵、大豆、豚肉、鶏肉

主食	手作りピタパン	平たい円形のパンで、地中海あたりで作られています。中が空洞になっていて、ポケットパンと呼ばれ、具材を中に詰めて食べます。
主菜	コロコロ タンドリーチキン	ヨーグルトやカレー粉で味付けしたインド料理です。「タンドール」という円筒形の土窯で焼くためこの名前がついています。ピリッとスパイスに仕上がっています。
副菜	カラフルソテー	パプリカ・枝豆・コーン・ひじきが入った、色とりどりの野菜ソテーです。
汁物	イタリアンスープ	とき卵に粉チーズとパン粉を入れて作るふわふわの洋風かき卵スープです。
デザート	ブルーベリーゼリー	ブルーベリーの果肉が入った、紫色がきれいなゼリーです。

## 献立 2 元気すくすく成長期メニュー

成長期の子どもたちにぜひ食べてほしい食材をたくさん取り入れた栄養たっぷりメニューです。



【アレルギー物質】  
小麦、乳、卵、さけ、さば、大豆、豚肉、ごまもも、りんご

主食	県産麦ごはん	大分県産の麦を米に混ぜています。麦はビタミンや食物繊維がたっぷり入っています。
主菜	さばの さっぱりかぼすがけ	さばを揚げてかぼす風味のさっぱりとしたタレをかけています。食欲をそそられる一品です。
副菜	豚キムチ 切干大根入り	コリコリとした切干大根の歯ごたえでご飯が進みます。給食では、カミカミメニューとして登場します。
汁もの	元気みそ汁	高野豆腐、ひじき、ほうれん草が入った鉄分・ビタミンたっぷりのみそ汁です。最後に卵を入れて栄養満点です。
デザート	フルーツゼリー	もも、パイナップル、りんごとナタデココを使って作ります。かぼす果汁を入れて、香りもフレッシュにできあがります。

## 献立 3 ふるさとメニュー

ふるさと大分の郷土料理や旬の野菜を使ったメニューです。海の幸、山の幸に恵まれた郷土大分の味です。子どもたちにぜひ伝えていきたい献立です。



【アレルギー物質】  
小麦、乳、卵、大豆、鶏肉、ごま

主食	黄飯	臼杵の郷土料理でくちなしの実で染められた黄色いご飯です。ポルトガルのバエリアに影響を受けたとも言われています。
主菜	かやく	えそなどの白身魚と豆腐や野菜を煮込んだ料理で、黄飯とセットの料理です。黄飯にかけて食べることもできます。
	とり天	鶏肉にてんぷらの衣をつけて揚げた大分では定番の郷土料理です。
副菜	旬の 野菜のカリコリ漬	旬の野菜を使った即席漬けです。夏季はきゅうり、冬季は大根を使用します。
デザート	やせうま	小麦粉をこねて、ねかせて伸ばして作るおやつです。きな粉と砂糖をまぶします。