

平成27年度学校給食料理教室（中津市教育委員会）

日 付：平成27年10月22日（木）

場 所：中津市大幡コミュニティセンター

講 師：日田市前津江学校給食共同調理場
主任学校栄養職員
伊東 美樹 先生



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



中津市の各学校代表者が集まりました！
お父さんもたくさん参加してくださいました★



やせうまの伸ばし方を習っています！みなさんよく伸ばせていました♪



献 立

- 県産麦ごはん
- ブリのカボスソース
- 豊っ子あえ
- スタミナみそ汁
- やせうま

どの班も手際よく完成させました！

講 話

調理実習前に講話を聞きました！みなさん真剣に聞いています！



「早寝早起き朝ごはん」と題し、講話を行いました。

- ・朝ごはんが人の体にどのような効果をもたらすのか
 - ・早寝、早起きはなぜ大切なのか
- などをパワーポイントを用いて、お話していただきました。
できることから少しずつ取組んでいくことが大切だとおっしゃっていました。

感 想

参加者からいただいた感想の一部をご紹介します♪♪



他の学校の保護者の方々とたのしく交流できました！

おいしく楽しくいただきました。
ありがとうございました！

分量どおりだと薄味だなと思いましたが、家庭での塩分量を考えるきっかけになりました。

色々丁寧にご教授いただきありがとうございました。家庭でも作ってみたいと思います。

楽しく調理することができて良かったです。よく噛んで食べて満足しました。

中津市のみなさま、お疲れさまでした！
たくさんのご参加ありがとうございました♪

