



ぱくぱく

令和5年8月22日
栄養教諭 山根 直美

毎月19日は「食育の日」です。一生の宝物になる心身の健康に、食育は大きな役割を果たしています。



夏だ！元気に！親子料理教室



夏休みが始まってすぐの7月27日（木）、28日（金）の2日間、4年ぶりの親子料理教室を行いました。37名の児童、保護者と17名の職員が参加して猛暑の中でしたが、楽しい料理教室になりました。

「朝ごはんにいかが？簡単メニュー」と
「ちょこっと防災メニュー」を作りました！



グループで楽しい会話も弾みます。

おいしいごはん
が炊けてよかったね～♪



「おいしいね～♡」笑顔が広がりました。



先生たちもすいかのカット奮闘中！



後片付けだっておまかせ！！

じゃがりこ
ポテトサラダ
の作り方



ざいりょう（2人分）

じゃがりこ 1つ	コーンかん 1かん	水 80ml	マヨネーズ 大さじ2
どうぐ			
	わりばし・スプーン	ビニールぶくろ 2まい	



ビニール袋にじゃがりこを入れ、外からぐしゃぐしゃとくずします。水を入れ外から再びぐしゃぐしゃ・・・マヨネーズと粒コーンを加えて混ぜたらできあがり！