

# 調理講習会 開催レポート

福島県1



開催日	平成22年7月23日(金)
会場	会津若松市文化福祉センター
主催	福島県学校給食研究会 同栄養士部会会津方部会 (社)全国学校栄養士協議会
実習献立	桃太郎ごはん グリーンボールのキムチ鍋 もずくの天ぷら ピザ風豆バーグ 水煮ささ身のカレー炒め 豆まめ寒
調理講師	河東地区学校給食センター 栄養教諭/坂内 幸子

不足しがちな食物繊維をどのようにすれば効率的に学校給食で摂取できるか、指定食材を利用して6つの実習に取り組みました。

もずくの天ぷらは新鮮でした。またハンバーグに豆ペーストを入れることで食物繊維が豊富でなめらかな食感になり、いずれもおいしく仕上がりました。ハンバーグやゼリーはセンターでは無理だが食数の少ない日に活用したいという声が出ました。参加人数 42名。



献立に使用されている  
全学栄製品・全学栄すいせん製品

- ・北海道シュレッドチーズ
- ・ほぐしささみ水煮
- ・白花豆&大福豆ペースト
- ・美ら海育ちもずく
- ・スクールがんもどきミニ
- ・全学栄グリーンボール
- ・減圧殺菌乾燥しいたけ加工スライス

## 実習献立



ピザ風豆バーグ



グリーンボールのキムチ鍋

水煮ささ身のカレー炒め



もずくの天ぷら



桃太郎ごはん



豆まめ寒

献立の作り方等は「レシピ」ページに掲載します。