

小学校給食体験講座

3~5歳児保護者対象 食育事業

小学校入学前の保護者の皆さんに、小学校を「食」の観点から知ってもらうため、給食の調理実演・試食を行う「小学校給食体験講座」を開催しました。武蔵野市の学校給食に関する様々な体験を通して、「食」について学びました。

家族で囲む食卓を楽しくするためのレシピも紹介しました。

共催：武蔵野市子ども政策課、武蔵野市教育委員会
一般財団法人武蔵野市給食・食育振興財団

■開催概要■

第1回

日時：平成30年10月18日（木）

第2回

日時：平成30年11月9日（金）

10:30~12:45

会場：北町調理場

内容：給食試食・中華の調理実演（本格餃子、簡単中華料理のポイント）



◇調理場見学



給食の調理作業の様子を、上から見学していただきました。

◇中華の調理実演（本格餃子、簡単中華料理のポイント）



餃子のあんは、ラードを加えることで、野菜から水分が出るのを抑えることができます。あんを冷蔵庫に入れ寝かせる事でラードがかたまり、包みやすくなります。



白玉粉の粒がなくなるまでしっかりと練ります。
お湯で練った生地が熱いうちに全体を混ぜ合わせるのがポイントです。



ご家庭にある調味料や余ったドレッシングで、簡単に作れる餃子のタレを3種類紹介しました。



餃子、季節野菜のスープ、よだれ鶏、餃子のタレ3種類が出来上がりました！

◇給食体験



参加者の皆さんに、給食を試食していただきました。10/18の献立は「秋の香りごはん、みそ汁、シシャモのぱりぱり揚げ、がんもと玉こんにゃくの煮物」、11/9の献立は「ごはん、白菜のスープ、秋刀魚の唐揚げネギソース、炒りどり、みかん」でした。



給食のほか、調理員による
実演で調理した餃子やス
ープ、デザートなども試食
していただきました！

【参加された方からの感想】

- 中華の実演も、試食も給食もどれもおいしくて、すごくて大満足です。
- どのように給食が作られているのかわかり安心しました。栄養面も衛生面、食育も十分すぎるほどでとてもありがたく思います。
- 武蔵野市の給食へのこだわりが、お話と実際の食事を通してよく伝わりました。子どもが来年小学校入学なのですが、この給食をぜひ食べさせたい！と思いました。

参加された保護者の皆様、ありがとうございました。