

令和3年度 3年生課題研究 栄養班

学校給食研究事業『ニラで健康レベルアップ!』

1 日時	令和3年12月15日(水)
2 場所	加東市学校給食センター , 加東市立福田小学校
3 参加者	課題研究「栄養」選択者 生徒4名

4 内容	<p>生活科学科では、平成23年から加東市学校給食センターのご指導の下、毎年、給食献立作成研究に取り組んでいます。今年は「ニラで健康レベルアップ」をテーマに、加東市が生産拡大に取り組むニラをたっぷり使用した献立を作成し、加東市の小中学校に提供しました。</p> <p>給食を通して、ニラの栄養価や食べ方を知ってもらい、加東市の食材に関心をもってほしい。免疫力を高めるニラを食べて風邪を予防し、子どもたちの健康な体作りをサポートしたい、という思いで何度も試作を繰り返し、研究をすすめました。</p> <p>給食提供の当日には給食センターで調理補助に参加し、約3000食分の野菜洗浄や異物確認、大きな釜を使用した大量調理を行いました。調理後には、福田小学校へ行き、配膳や食べている様子を観察させていただきました。献立作成から当日の調理まで参加させていただき、管理栄養士を目指す生徒にとって大変貴重な経験となりました。</p>
------	--

5 写真



献立：酒粕パワーでホットなカレー麻婆豆腐，ニラソースのやみつき！鶏からあげゆず香る3色ナムル，ご飯，牛乳



