

倉敷市の学校給食レシピを参考に・・・

第1回オンライン料理教室

実力発揮！スポーツ弁当作り紹介します！

日時：令和4年7月28日(木) 10:30～12:30(10:00～オンライン接続開始)



<メニュー>

ごまじゃこおにぎり・豚肉の甘酢焼き・
干しえび入りあえ物
with ゆで卵・添え野菜・果物

【特定原材料7品目】

えび・卵を使用したメニューです。



児童生徒と保護者を対象としたオンライン料理教室です。
夏休みとなり、昼食を家やお弁当で食べる機会が増える時期となりました。スポーツで実力を発揮するためには、食事による体づくりが重要です。スポーツ栄養を学び、実力発揮に役立つ情報満載の美味しいお弁当を作ってみませんか？

親子でのご参加をお待ちしています!!

自宅で
Let's cooking
講師は栄養教諭

♪ 対象 倉敷市内在住の小学生・中学生と保護者 30組(抽選)

♪ 参加費 無料(材料は各自で用意)

♪ 申込方法 右記のQRコードから申し込んでください。

♪ 募集期間 令和4年6月17日(金)～6月26日(日)終日

★申し込み完了通知およびメニュー表は申込時に入力されたアドレス宛に6月28日(火)に送付します。なるべくパソコンメールをご指定ください。

♪ 問合せ先 倉敷中央学校給食共同調理場 TEL 086-436-7341

※Zoomを利用したオンライン料理教室です。インターネット環境で、パソコン・スマホ、タブレット端末等をご準備いただき、Zoomアプリをインストールしておいてください。

※料理教室の様子は録画させていただきます。中央調理場のホームページに資料や写真を掲載する予定です。ご了承ください。



カメラOFFでの
参加もOKです!!



第2回目は、令和4年8月3日(水)に
レンジで簡単お昼ごはんを予定しています♪

主催 倉敷市教育委員会 倉敷中央学校給食共同調理場

共催 公益財団法人 倉敷市学校給食会