

# 倉敷市の学校給食レシピを参考に・・・ 第2回オンライン料理教室

## 親子で作る♪レンジで簡単お昼ごはん

給食で人気のメニューを簡単にアレンジ!夏野菜たっぷり、カレー味、食欲アップ間違いなし!  
レンジで作るので火を使わず簡単にできる、暑い夏にぴったりのメニューです。皆さまのご参加を  
お待ちしております。



日時: 2022. 8. 3 (水) 10:30~12:30 (10:00~オンライン接続開始)

### 【メニュー】

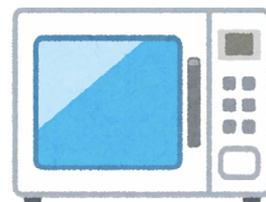
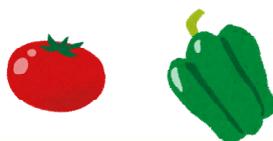
夏野菜ドライカレー  
海藻サラダ  
シュワシュワゼリー



講師 栄養教諭

### 【特定原材料7品目】

カレールウに小麦を使用しています。



Zoomで  
自宅から参加  
カメラoffでも  
OK!

### 料理教室に参加するために必要な環境

- パソコン、スマホ、タブレット等の端末
- インターネット環境 Wi-Fi等
- Zoomアプリをインストール

### 参加方法

- 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27日(月)~7月6日(水)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  
7月8日(金)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

※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。

