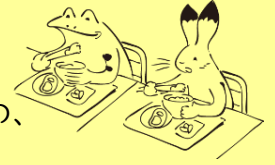
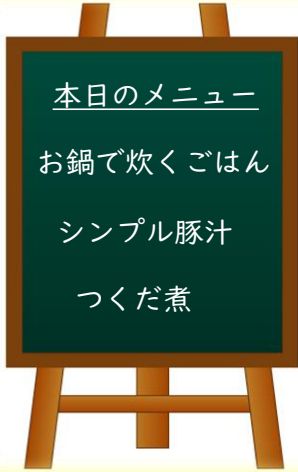


第1回 すこやか食堂



すこやか食堂で使用する食材や調味料はできる限り国産のもの、
食品添加物の少ないものを選んでいきます。



本日のメニュー

お鍋で炊くごはん

シンプル豚汁

つくだ煮



まずは打合せします。注意事項や
作業の流れをみんなで確認します。



職員から包丁の使い方を教わります。
真剣な表情です。

ゴボウが
かたいよ～



最初はみんな、おそろおそろ・・・
でも6年生が野菜のクイズを
出してくれたり、高校生のお姉さんが
切り方を補助してくれたりするうちに
すっかり気分はシェフのよう!



よく
見ててね!



フタを開けたとたん、甘くていいにおい!思わず、ため息がもれます～待ちきれないよ～(*^_^*)

だしを取った後の昆布と
かつお節をつくだ煮にしたよ。



みんなで楽しく食べて
ごちそうさまでした

