



さつきワークショップ



「かんたん野菜レシピ」でつくっちゃおー♡

学校法人さつき幼稚園
令和5年11月28日(火)

11月27日に十和田市食生活改善推進会の「かんたん野菜レシピ」の調理実習を市民交流プラザ（キッチンスタジオ）で開催致しました。レンジでチンやあえるだけ等の簡単な調理で、子ども達の食育へつながるレシピを皆さんと一緒に学びました。



「かんたん野菜レシピ」の中から2～3品の調理実習をしました。
にんじんとキャベツのしりしり&具たくさん野菜スープを作りました。



管理栄養士の保護者

阿部まなちゃんのお母様考案の「かぼちゃとブロッコリーのチーズ焼き」「キャベツのさくらえび和え」も一緒に作りましたよ。皆さん「簡単で美味しい！」と大絶賛で完食しました。



さっそく家でも作って家族に食べさせたいです。

