



## 令和3年度保健講話 I

# 元気に学校生活を送るための食育教室

11月12日(金)、桐生市保健福祉部健康長寿課・桐生市食生活改善推進員の方々にご協力いただき、調理実習を含めた食育教室を実施しました!

コロナ禍の影響で2年ぶりの開催となった調理実習。今回は、パッククッキングによる調理実習でした。災害時にも活かすことができる貴重な体験をすることができました。また、仲間と協力しながら調理を行い、自分たちで調理したものを食べる楽



しさや喜びを味わいました。生徒の笑顔があふれる充実した食育教室となりました。👨‍🍳



## メニュー

カレーライス ~ チーズオムレツトッピング ~



講師の方々にカットした食材を準備していただきました! ありがとうございます。

パックのなかで調理します!  
「高密度」パックがポイント。



パックごと茹でます!  
ご飯、卵も同様に茹でます。

お皿に盛り付けて完成!  
美味しくいただきました。

