
給食試食会



先日、本校栄養士による「食育講話」と「給食試食会」が開かれました。
食育講演会では、卒業して社会人となることを見据えた食事について、お話しました。



健康で「動けるからだ」をつくるため、骨と筋肉に焦点をあててみました。
当然栄養バランスは大切ですが、いつもの食事にちょっと足すことで、グッとバランスがアップします。「完璧」よりも「続けられる」工夫が大切ですね。



試食会では、普段生徒が行っている配膳作業から体験していただきました。
人数分を均等に盛り付けるのは、結構緊張しますよねw



この日は大学芋が出ました。「一人何個？7個？8個？」ととても真剣に取り組んでいただいました。
生徒たちの動きを見ていると、学級内で分業ができているようです。自分の守備範囲が終わると、他に応援に回ったりしています。



給食を試食しながら、食育について御質問をいただいたりしました。



小学部時代は「シンプルな料理」が受け入れられやすいけど、高等部になってくると、ひと手間加えた食材の組み合わせや味付けも楽しめるようになってきている、などのお話がありました。