



ひだまい通信

< 第1回 開講式 >

9月29日火曜日に家庭教育学級の開講式と伸栄小栄養教諭、布目先生による給食レシピ講座が行われました。

「第1部 開講式」

所沢市社会教育課の村川裕昭先生にお越しいただき、家庭教育学級についてのご説明と市内の家庭教育学級の状況などをお話いただきました。



社会教育課の村川先生 橋本校長先生

本年度の学習目標
コロナに負けるな！！
伸栄小！！

「コロナ禍でもできることを考え活動を継続して
来年度以降の活動につなげよう」

「第2部 第3給食センター 布目先生の給食レシピ講座」

家庭でも作れる子どもたちに大人気の給食レシピを教えてくださいました。
給食ができるまでの流れや献立づくりの工夫・エピソード、栄養士の仕事についても教えてくださいました。

～忙しい朝でもできる！朝食ひと工夫～

☆活動をする上で欠かせない炭水化物に、全身を動かして体温を上げるために必要なたんぱく質を簡単にくわえよう！！

- ・ごはん+のり・納豆・しらす・焼きたらこ
 - ・パン+チーズ・ハム・ベーコン・ウインナー
- (牛乳やヨーグルトもたんぱく質を含む食材です。)

☆夏は熱中症予防のために、お味噌汁を一杯飲むこともおすすめだそうです。



第3給食センターの布目先生

☆2枚目以降は布目先生が作成して下さった資料とレシピです。給食の人気レシピを家庭でも参考にしてください。