

## 「栄養教諭・学校栄養職員支援セミナー」(令和元年度)

9月13日、栄養教諭・学校栄養職員を対象に、新「学校給食摂取基準」を充足するための「減塩を意識した献立」をテーマとした支援セミナーを開催しました。

政木信昭クッキングスクールの政木信昭校長先生による「減塩を意識した和食献立」の調理実習と「出汁を活用した減塩」と題した講義がありました。

午前中の調理実習の献立は「鯛の刺身」「鯛のあら炊き」「鯛の潮汁」と鯛ずくしの献立で、参加者それぞれが一人で1匹の鯛を捌き、煮物、蒸し物、汁物を調理しました。

出刃包丁を使った調理の経験のない方も多く緊張感のある時間が流れました。

参加者からは、「鯛の旨みで減塩を感じることなくとてもおいしかった」「料理や調理指導ができる栄養士を目指しているので勉強になった」「現在の子供たちは濃い味に慣れており給食でも食べ残しが多いが出汁の旨みを伝えていきたい」等の感想があり、調理技術のスキルアップを図り食に関する幅広い知識をもち帰られました。



