

春のわくわくお弁当づくり

きょうのこんだて

- ・おいなり
- ・鮭の花かご焼き
- ・しらすとねぎの卵焼き
- ・菜の花のごま和え
- ・いちご



My Favorite Recipe

子育て支援講座として、親子による「春のわくわくお弁当づくり」を実施しました。今回は、お花見やピクニックで子どもといっしょに食べられるような、春らしいお弁当を作りました！

おいなりは揚げから煮たり、普段使わない桜の塩漬けを使ったりと、簡単で彩りよく、栄養バランスにすぐれたお弁当になりました。

子どもたちもカラフルな食材に興味しんしん！

おいしそうにぱくぱくと食べる姿を、みんなでほほえましく眺めていました。

和気あいあいとした雰囲気でも、親子で楽しみながら料理することが出来ました。



町管理栄養士で、
今回のお弁当づくりの先生
竹島 舞さん



美味しいお弁当
いっしょに作ったよ！

