

★11月定例会 報告★

日 時 令和元年 11月 22日 (木) 9:00~12:00

場 所 徳島県立障がい者交流プラザ 調理実習室

内 容 秋の食材を使ったバランス食 (調理実習)

- ・ 鮭とさつまいもの炊き込みご飯
- ・ 生春巻きサラダ
- ・ 柿と春菊の白和え
- ・ 発熱剤を使って (クリームシチュー・ビーフシチュー・卵)
- ・ きな粉蒸しパン

担当：濱田・川原

- ・ インスタントラーメン「健康と栄養」セミナーの報告
- ・ その他連絡事項

参加者 9名 + 2名 (徳島県米穀協会事務局長・徳島県 1名)



【発熱剤を使って調理実習】

