

# とちぎ食育応援団日記 第19号

ナーサリースクールとまつりへ行ってきました！

日時：平成27年8月19日（水）10:00～11:30

場所：ナーサリースクールとまつり（宇都宮市）

受講者：子供22名 大人6名

## 講座名「おいしい色のひみつ」

講師 平塚 容子氏 平塚 千尋氏

「おいしい色」をキーワードに、野菜の大切さを伝える食育講座。「赤・緑・黄色の野菜なーに？（緑黄食野菜！）」のお話を聞いたあとは、カラフルニョッキとカラフルランチョンマット作り挑戦です。「食べ物がおいしく見えるような色で作ってね」。最後は、みんなで試食です！‘おいしい色’見つけたね！



緑・黄・赤の  
おいしい色って  
なーに？



緑（ほうれん草）と  
黄（カボチャ）の  
ニョッキ作り



熱い鍋に、気をつけてね



食べ物がおいしくみえる  
ランチョンマットを作ろう



ランチョンマット完成！



最後にニョッキスープ試食！