



フードロス対策講座

実食あります！

角田先生と楽しくおいしく春の食ロス講座

【講座内容】

本来食べられるのに捨てられてしまう食品のことをフードロス(食品ロス)といいます。

日本の食品ロスの半分は家庭から発生しています。

本講座では、食材の選び方、食材を無駄にしない調理方法などの講演及び調理方法の実演後、試食を行います。

自分でできる身近なエコを学びませんか。

【調理実演メニュー】

☆いろいろ野菜のラタトゥイユ

POINT!

(1日分の野菜の目標摂取量350gの1/2以上摂取)

☆ヨーグルトサラダ(冷蔵庫にある物で作る)

☆バナナパンケーキ(熟したバナナを利用)

☆ミックスナッツゆべし(残った餅で作る)



講師：管理栄養士 角田 富貴さん

日時 5月21日(水)11:00~13:00
場所 三条市体育文化会館 2階マルチルーム
三条市荒町2丁目1-3

参加費 600円
申込期限 5月8日(木)
定員 10人(最少催行人数3人)
持ち物 特にありません

申込み・問合せ 環境啓発施設 かんきょう庵 0256-45-7040
主催 三条市

