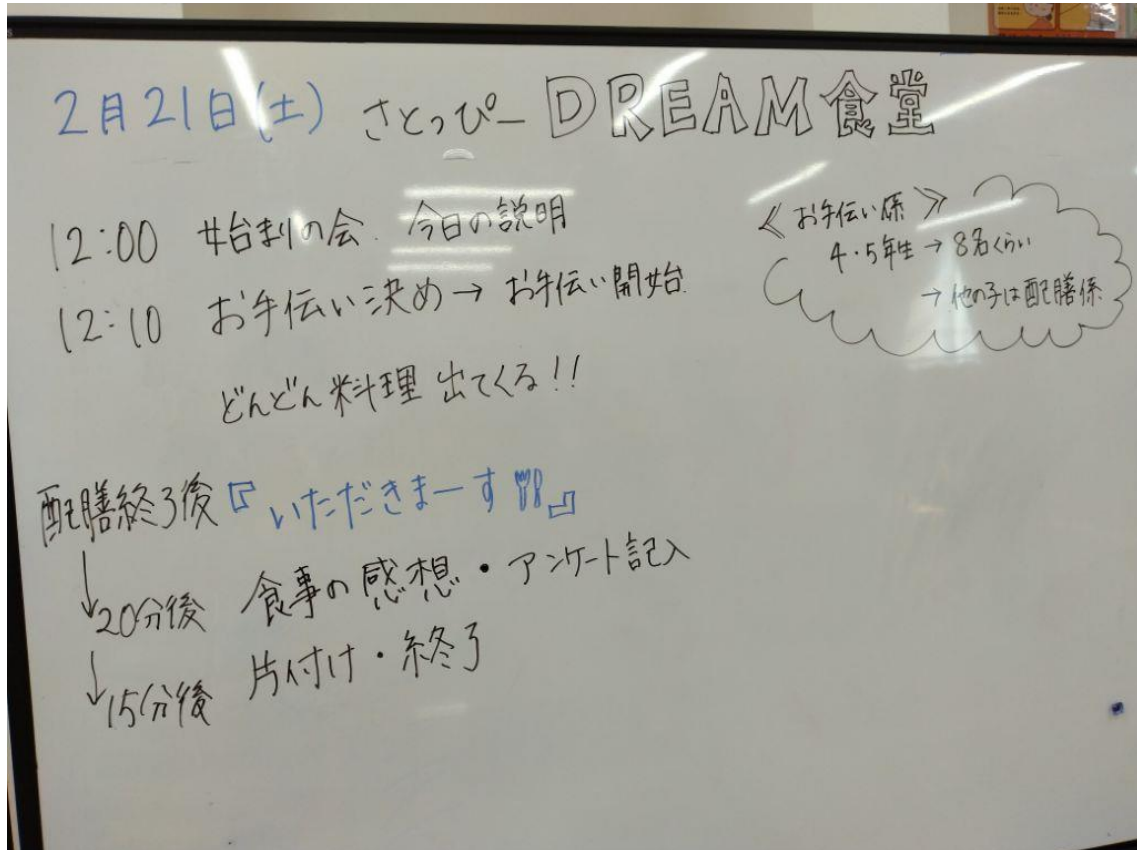


さとっぴーdreamごはんプロジェクト 第2弾 子ども食堂 開催結果

開催日時:令和8年2月21日(土)12時00分~14時30分

参加人数:44名(幼児:2名、大人:3名、小学1年生:5名、小学2年生:4名、小学3年生:9名、
小学4年生:12名、小学5年生:7名、小学6年生:1名、中学生:1名※西の里地区限定)

■本日は、令和8年1月17日(土)に開催した茶話会で考案した主食・主菜・副菜・汁物を実際に調理して試食する子ども食堂です。初めに全体の進め方について参加者全員で共有しました。



■高学年を中心に盛り付けを手伝っていただきました。(写真は副菜のツナサラダです)



■ミートソーススパゲッティにはシャウエッセンをカットしたものをトッピング。



■中学年を中心にテーブルの消毒や配膳を手伝ってもらいました。(冷たいものから配膳しています)



■一番温かい春雨入りポトフは最後に配膳。「いただきます」をするまでもう少しの辛抱です。



■主食(ミートソーススパゲッティー)・主菜(肉じゃが)・副菜(ツナサラダ)・汁物(春雨入りポトフ)が揃いました。彩もきれいです。



■みんなおいしそうに食べています。一番好きなメニューはどれでしょう。



■食べ終わった後には、今回ご協力いただいた株式会社レバスト様より本日のまとめの講義をしていただきました。



■今回のさとっぴーdream ごはんでは、食事の三大栄養素(エネルギーのもとになる食品、体をつくるもとになる食品、体の調子を整えるもとになる食品)をバランスよく摂取できているほか、1日に必要とされる緑黄色野菜や淡色野菜の量も摂取できていることがわかりました。



さとっぴー ドリームごはん

緑黄色野菜 120g/日

淡色野菜 230g/日

ほかには どんな野菜があるかな？

■なお、子ども食堂終了後に実施したアンケート結果の概要は次のとおりです。

①イベントの進め方や調理・盛り付け・配膳などについて、おおむね満足度が高いことが分かりました。

②4つのメニューについて、いずれも高評価を得ることができました。

③全体のボリュームについては、「ちょうどよかった」と回答した割合が6割、「少し量が多かった」と回答した割合が4割でした。次回は、全体のバランスやボリュームという視点も加えて献立を考える必要がありそうです。