

貧血を防ぐ!!

レシピ検討会

2023年3月2日 @和洋女子大学 南館3階調理室1

共催
千葉県赤十字血液
センター様

参加

- ・和洋女子大学 ボランティア部
- ・千葉商科大学 学生自治会執行委員会渉外局員
- ・日本大学生産工学部 ボランティア研究会

目的

鉄分が取れる食材について理解を深めるとともに、今後のレシピ開発に活かす。

メニュー

- ・マクロとカシューナッツの中華炒め
- ・スタミナ豚丼
- ・ほうれん草のホットケーキ

グループ

- ・調理をするグループは配置図の通り
- ・グループ内で話し合って担当を変えてもOK!
- ・わからないことがあったら指示役か近くの見回り役まで!

調理器具

最後に調理台ごとに器具の個数確認をするので、原則他の調理台から道具を借りるのはやめましょう。

清潔に!!

爪の間には雑菌がいるため、手を洗う時に爪の間もブラシでしっかり洗うこと!

手袋もマメにかえてね!

包丁を運ぶときは
周りに伝えること!

包丁通ります!!

