

子ども文化芸術大学☆ふじみ 使用食材について

5日目「栄養を学ぼう☆食文化 ～麴×スムージーをつくろう!～」

日時：8月5日（水）午前10時～正午

以下の注意事項及び使用食材を確認し、内容をご理解いただいたうえでお申し込みください。

【注意事項】

- ① 班ごとに話し合いながら複数の食材を「食材リスト」から選び、オリジナルレシピのスムージーをつくります。また、講義内でスムージーの試食を行います。
- ② スムージーをつくるミキサーは使用するたびに洗浄しますが、全ての班で共有して使用します。
- ③ 後日、アレルギー調査票を配布いたしますので、アレルギー食材についてご回答をお願いいたします。
- ④ 子ども文化芸術大学に入学し、食文化の講義を欠席することも可能です。重度のアレルギーをお持ちの方は、ご無理なさらぬようお願いいたします。

【食材リスト】

- | | |
|----------------|----------|
| ・米麴（※必ず使用します。） | ・バナナ |
| ・りんご | ・アサイー |
| ・ブルーベリー | ・ミックスベリー |
| ・パイナップル | ・水菜 |
| ・小松菜 | ・ブロッコリー |
| ・ほうれん草 | ・ゴールドキウイ |
| ・グリーンキウイ | ・梨 |
| ・桃 | ・マンゴー |
| ・いちご | |

※ご不明な点がございましたら、以下連絡先までお問合せください。

富士見市文化・スポーツ振興課 TEL 049(257)6352