

出張授業「和食だし体験講座」を受けて、おうちでチャレンジしよう♪



おうちで作ってみた料理

作った日

1月3日

学校名

湖南省立三雲東小学校

作った料理

みそしる

使った材料

みそ、かぼぶし水、じゃがいも、鶏肉のしょう油

工夫したところ

かぼぶしをき、じゃがいもは。

むずかしかったこと・こまったこと

しょう油、かくすれる。

作った料理の写真や絵



食べた人のご感想

だしの香りがよく
味にうまみをよくかんじた。

おうちで料理にチャレンジしてみよう♪・・・動画はこちら⇒

※ご記入いただいた内容は、大阪ガス食育HPの「チャレンジおうち料理」に掲載させていただく予定です。
この用紙のご提出をもってご了承いただけたものとさせていただきます。



出張授業「和食だし体験講座」を受けて、おうちでチャレンジしましょう♪



おうちで作ってみた料理

作った日

1月3日

学校名

湖南省立三雲東小学校

作った料理

おぞうじ

使った材料

とうふ、にんじん、だいこん、おもち、しろみそ、だしの
もと、カツオ、カツオがし

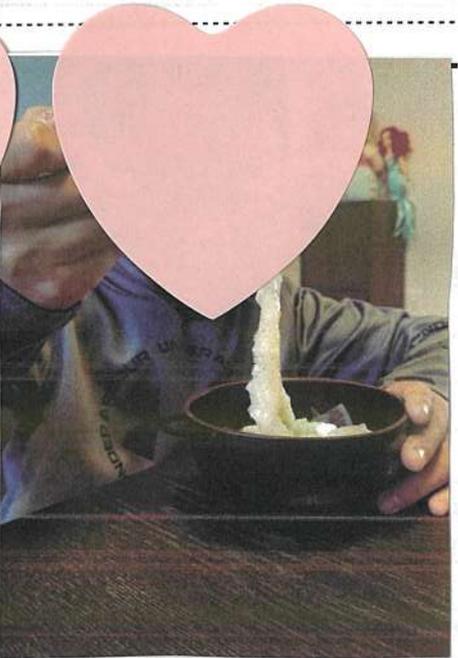
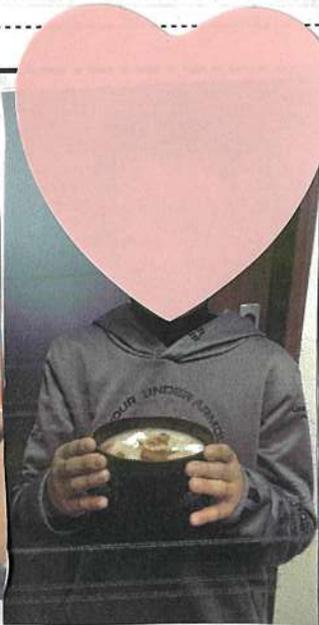
工夫したところ

しろみそや、だしのもとの、いれるちゅう
せり。

むずかしかったこと・こまったこと

手の上でとうふを切った
時。

作った料理の写真や絵



食べた人のご感想

おもちがちょっとかたかったけど、いいぐらいのかたさだった。

おうちで料理にチャレンジしてみよう♪・・・動画はこちら⇒

※ご記入いただいた内容は、大阪ガス食育HPの「チャレンジおうち料理」に掲載させていただく予定です。
この用紙のご提出をもってご了承いただけたものとさせていただきます。



出張授業「和食だし体験講座」を受けて、おうちでチャレンジしましょう♪



おうちで作ってみた料理

作った日 1 月 4 日 **学校名** 湖南省立三雲東小学校

作った料理 だいこんとにんじんとあげのおみそしる

使った材料
だいこん・にんじん・あげ・だしはっく・ほんたゝ・みそ

工夫したところ
だいこんとにんじんのうすくちぎりを切りました。

むずかしかったこと・こまったこと
だいこんやにんじんをうすく切ること。

作った料理の写真や絵



食べた人のご感想
だいこんやにんじんのたんがく切りが、上手に切れていました。
お節やにんじりから出汁はといていないけど、便利なタンパクを使って作ったので風味がとってもgood!!

おうちで料理にチャレンジしてみよう♪・・・動画はこちら⇒

※ご記入いただいた内容は、大阪ガス食育HPの「チャレンジおうち料理」に掲載させていただく予定です。
この用紙のご提出をもってご了承いただけたものとさせていただきます。



出張授業「和食だし体験講座」を受けて、おうちでチャレンジしましょう♪



おうちで作ってみた料理



作った日

1月 4日

学校名

湖南省立三雲東小学校

作った料理

かじりと油あげのみそしる

使った材料

かじり(葉はも)、油あげ、かつおぶし、こんぶ、みそ

工夫したところ

かじりの葉、かじり川頁番にいれていったところ。す。

むずかしかったこと・こまったこと

かじりか、かたくてかた、必要でした。

作った料理の写真や絵



食べた人のご感想

だしの味がし、かりしてておいしかったといっていました。

おうちで料理にチャレンジしてみよう♪・・・動画はこちら⇒

※ご記入いただいた内容は、大阪ガス食育HPの「チャレンジおうち料理」に掲載させていただく予定です。
この用紙のご提出をもってご了承いただけたものとさせていただきます。





おうちで作ってみた料理

作った日 12月26日 **学校名** 湖南省立三雲東小学校

作った料理 ないであいたごはん・小松菜と油あげのだしもの

使った材料

小松菜・だし・油あげ・しょうゆ・塩・みりん・水
ごはん

工夫したところ

油あげの油をとるために、温をおかして油あげをざるの上において油とりをしたこと。

むずかしかったこと・こまったこと

だしの分量に因り、
おたけはとう明じもなく、中かみえないので、もう火をよめて、いいかまよた

作った料理の写真や絵

ないであいた
ごはん →



食べた人のご感想

ごはんは、いつもちから味で、おいかた。ごはんはおかじけがあてこうまよくおいかた。
小松菜のものは、すきま、すきまおいかた。

おうちで料理にチャレンジしてみよう♪・・・動画はこちら⇒

※ご記入いただいた内容は、大阪ガス食育HPの「チャレンジおうち料理」に掲載させていただく予定です。
この用紙のご提出をもってご了承いただいたものとさせていただきます。



十四日

出張授業「和食だし体験講座」を受けて、おうちでチャレンジしましょう♪



おうちで作ってみた料理



作った日

1月4日

学校名

湖南省立三雲東小学校

作った料理

オムライス

使った材料

たまご、お肉、おたまこ、しりし、ケチャップ

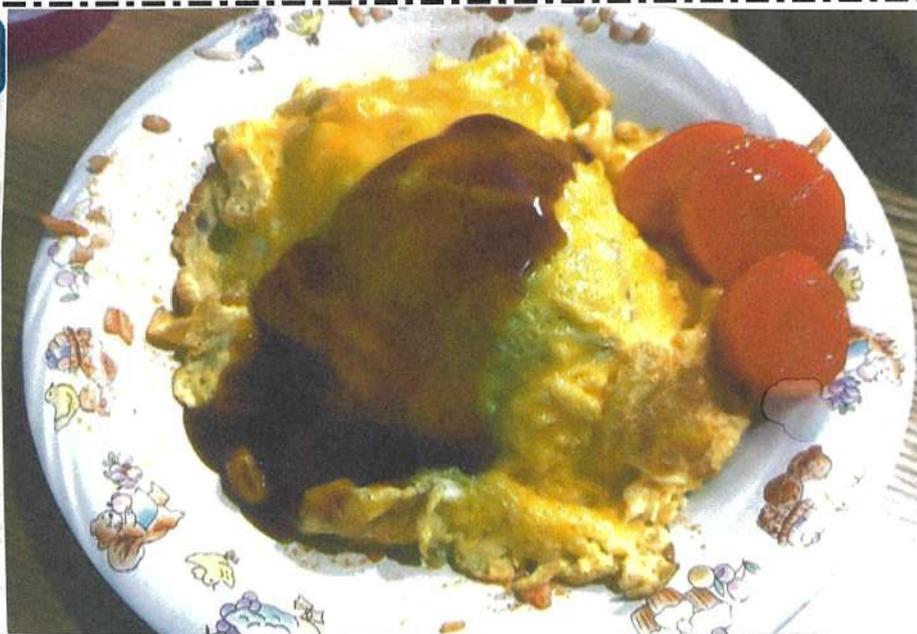
工夫したところ

たまごをサクッと

むずかしかったこと・こまったこと

おいしいたまごをかける

作った料理の写真や絵



食べた人のご感想

とってもおいしかったです。
上手にできていました♡

おうちで料理にチャレンジしてみよう♪・・・動画はこちら⇒

※ご記入いただいた内容は、大阪ガス食育HPの「チャレンジおうち料理」に掲載させていただく予定です。
この用紙のご提出をもってご了承いただけたものとさせていただきます。



出張授業「和食だし体験講座」を受けて、おうちでチャレンジしよう♪



おうちで作ってみた料理



作った日

12月 30 日

学校名

湖南省立三雲東小学校

作った料理

さんしょくどんぱり

使った材料

肉、ホーマン、たまご、さとう、油、サト、しょうゆ

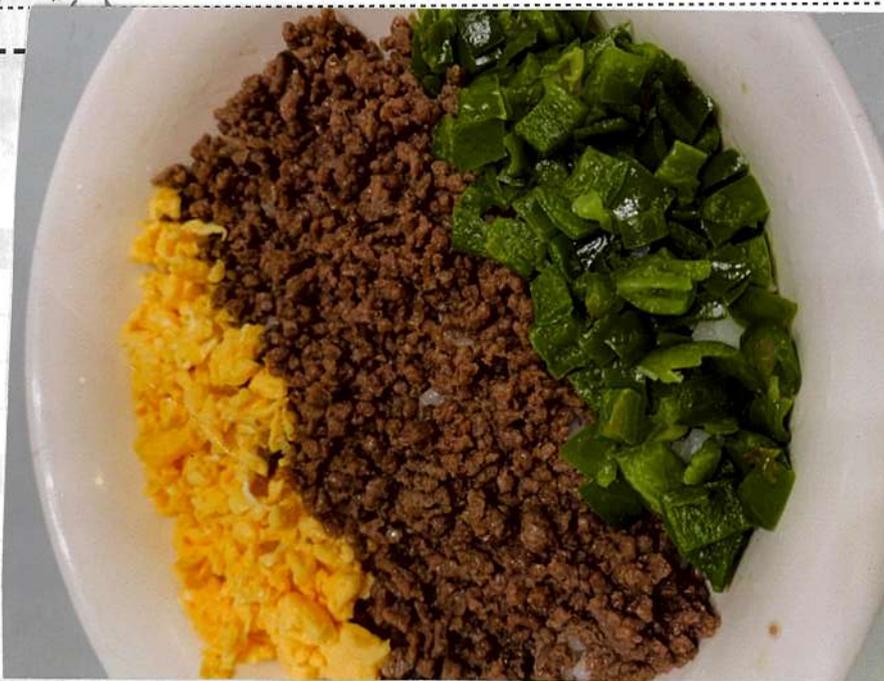
工夫したところ

肉を火がとうなようにカツはったのと、
ホーマンが大きさを工夫した

むずかしかったこと・こまったこと

ホーマンを切ることか、まはかしかつた
たまごをやくと料理の味がかわった

作った料理の写真や絵



食べた人のご感想

「いつもと、ホーマンの味が違うやん」と言われた。

おうちで料理にチャレンジしてみよう♪・・・動画はこちら⇒

※ご記入いただいた内容は、大阪ガス食育HPの「チャレンジおうち料理」に掲載させていただく予定です。
この用紙のご提出をもってご了承いただけたものとさせていただきます。



渡川

出張授業「和食だし体験講座」を受けて、おうちでチャレンジしましょう♪



おうちで作ってみた料理

作った日

1月6日

学校名

湖南省立三雲東小学校

作った料理

茶碗むし・おしるこ

使った材料

タマゴ・ダシがまぼこ・ホウレンソウ・鶏肉・しいたけ・おしるこ・おしるこ
タマゴ・おしるこ・豆腐・えのき・わかめ

工夫したところ

鶏肉を、みんなが食べやすいようにきった。
茶碗むしに、たわがかけられるように、茶こしでタマゴ液をこした。

むずかしかったこと・こまったこと

ダシをとるだけでも、たくさん、工程があってむずかしかった。
タマゴとダシがまぼこも分けるのが大変だった。

作った料理の写真や絵



食べた人のご感想

いつもより、アツアツで、ダシのあじが
とてもおいしかったです。

おうちで料理にチャレンジしてみよう♪・・・動画はこちら⇒



※ご記入いただいた内容は、大阪ガス食育HPの「チャレンジおうち料理」に掲載させていただく予定です。
この用紙のご提出をもってご了承いただけたものとさせていただきます。



出張授業「和食だし体験講座」を受けて、おうちでチャレンジしましょう♪



おうちで作ってみた料理



作った日

1 月 2 日

学校名

湖南省立三雲東小学校

作った料理

とんじる

使った材料

大こん、はくさし、金時にんじん、ごぼう、糸こんにゃく、
ぶた肉、あぐらあげ、
かつおだし、みそ

工夫したところ

かたい野菜からおなべにいれる。おみそを入れたあとは、とうごせおいこ

むずかしかったこと・こまったこと

一度学校でおみそしるをつくらなかったことがあったのでとくにこまりませんでした

作った料理の写真や絵



食べた人のご感想

おいしかった

おうちで料理にチャレンジしてみよう♪・・・動画はこちら⇒

※ご記入いただいた内容は、大阪ガス食育HPの「チャレンジおうち料理」に掲載させていただく予定です。
この用紙のご提出をもってご了承いただけたものとさせていただきます。



出張授業「和食だし体験講座」を受けて、おうちでチャレンジしよう♪



おうちで作ってみた料理



作った日

/ 月 / 日

学校名

湖南省立三雲東小学校

作った料理

ポテトサラダ

使った材料

じゃがいも・きゅうり・水・塩・マヨネーズ・ハム

工夫したところ

マヨネーズを加えたときに、かき混ぜるところを少し工夫しました。

むずかしかったこと・こまったこと

じゃがいもの皮をピーラーでむきました。

作った料理の写真や絵



食べた人のご感想

とてもおいしかったです。またポテトサラダや他の料理にもチャレンジをしたいと思いました。

おうちで料理にチャレンジしてみよう♪・・・動画はこちら⇒

※ご記入いただいた内容は、大阪ガス食育HPの「チャレンジおうち料理」に掲載させていただく予定です。
この用紙のご提出をもってご了承いただけたものとさせていただきます。



出張授業「和食だし体験講座」を受けて、おうちでチャレンジしましょう♪



おうちで作ってみた料理



作った日

月 日

学校名

湖南省立三雲東小学校

作った料理

ハンバーグ

使った材料

ひき肉(ぶた・牛肉)、たまねぎ、はんこ、牛乳、(お好み) たまご、なつめ、おがら

工夫したところ

ひき肉とかをまるめるところ

むずかしかったこと・こまったこと

とくにない

作った料理の写真や絵



食べた人のご感想

おうちで料理にチャレンジしてみよう♪...動画はこちら⇒

※ご記入いただいた内容は、大阪ガス食育HPの「チャレンジおうち料理」に掲載させていただく予定です。この用紙のご提出をもってご了承いただけましたものとさせていただきます。



出張授業「和食だし体験講座」を受けて、おうちでチャレンジしましょう♪



おうちで作ってみた料理



作った日

12月25日

学校名

湖南省立三雲東小学校

作った料理

芋餅

使った材料

ソウゼン"たまご"ねき"白ごはん

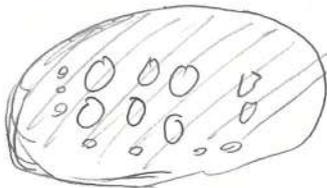
工夫したところ

ソウゼンにちきちんとやくところ

むずかしかったこと・こまったこと

たまごをいれる時

作った料理の写真や絵



食べた人のご感想

ちょっとりからかたしあまった

おうちで料理にチャレンジしてみよう♪・・・動画はこちら⇒

※ご記入いただいた内容は、大阪ガス食育HPの「チャレンジおうち料理」に掲載させていただく予定です。
この用紙のご提出をもってご了承いただけたものとさせていただきます。



出張授業「和食だし体験講座」を受けて、おうちでチャレンジしよう♪



おうちで作ってみた料理



作った日

1月 6日

学校名

湖南省立三雲東小学校

作った料理

とりのでりやき (4人分)

使った材料

とりもも肉 (300g)、しょうゆ、さけ、みりん、
(おだし) ← いっしょ

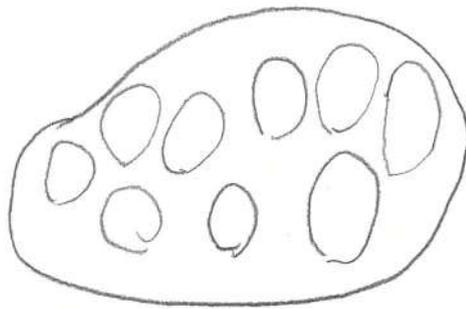
工夫したところ

とりもも肉のかわをよくやいたこと

むずかしかったこと・こまったこと

とりももを 中手で火をとおすのがむずかしかった。

作った料理の写真や絵



食べた人のご感想

おいしかったと言った。

おうちで料理にチャレンジしてみよう♪...動画はこちら⇒

※ご記入いただいた内容は、大阪ガス食育HPの「チャレンジおうち料理」に掲載させていただく予定です。
この用紙のご提出をもってご了承いただけたものとさせていただきます。



出張授業「和食だし体験講座」を受けて、おうちでチャレンジしましょう♪



おうちで作ってみた料理



作った日

1月 3日

学校名

湖南省立三雲東小学校

作った料理

スイートポテト

使った材料

さとう、たまご、バター、さつまいも、さつまいも

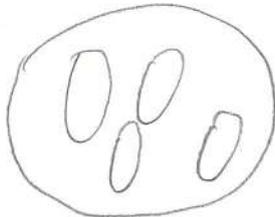
工夫したところ

いものかたちをのこらないうようにできるだけいもをくずした。

むずかしかったこと・こまったこと

さつまいもがかたすぎて削るのがむずかしかった。

作った料理の写真や絵



食べた人のご感想

おうちで料理にチャレンジしてみよう♪・・・動画はこちら⇒

※ご記入いただいた内容は、大阪ガス食育HPの「チャレンジおうち料理」に掲載させていただく予定です。
この用紙のご提出をもってご了承いただけたものとさせていただきます。



出張授業「和食だし体験講座」を受けて、おうちでチャレンジしよう♪



おうちで作ってみた料理



作った日

12月28日

学校名

湖南省立三雲東小学校

作った料理

カレー

使った材料

にんじん たまねぎ 肉 ジャガイモ

ごはん おろし

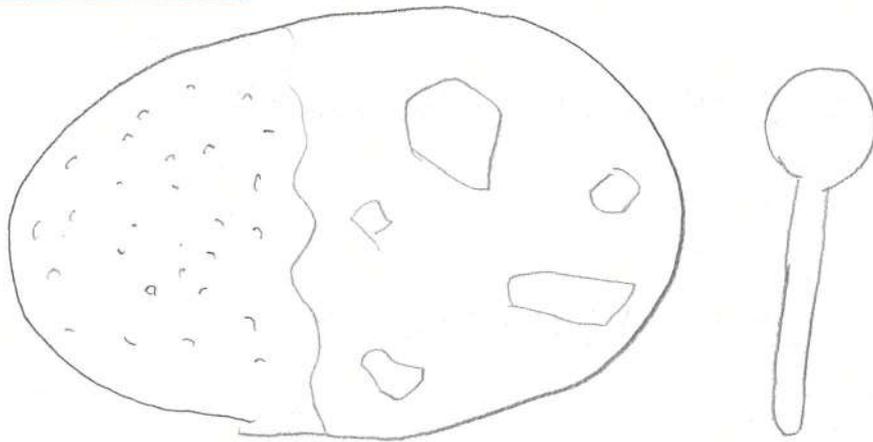
工夫したところ

具材を食べやすい大きさに切った

むずかしかったこと・こまったこと

野菜のかわむきが少しむずかしかった
ジャガイモは皮をむきにくかった

作った料理の写真や絵



食べた人のご感想

具材が食べやすくて、おいしかった

おうちで料理にチャレンジしてみよう♪……動画はこちら⇒

※ご記入いただいた内容は、大阪ガス食育HPの「チャレンジおうち料理」に掲載させていただく予定です。
この用紙のご提出をもってご了承いただけたものとさせていただきます。



出張授業「和食だし体験講座」を受けて、おうちでチャレンジしましょう♪



おうちで作ってみた料理



作った日

1月 6日

学校名

湖南省立三雲東小学校

作った料理

ほうれん草のゆで、みそしる

使った材料

ほうれん草、みそ、とうふ、(めん)、だし、かつおぶし

工夫したところ

むずかしかったこと・こまったこと

みそしるを入れていたなすが小さすぎてこまった。

作った料理の写真や絵



食べた人のご感想

しょうがにできておいしかった。

おうちで料理にチャレンジしてみよう♪・・・動画はこちら⇒

※ご記入いただいた内容は、大阪ガス食育HPの「チャレンジおうち料理」に掲載させていただく予定です。
この用紙のご提出をもってご了承いただけたものとさせていただきます。



出張授業「和食だし体験講座」を受けて、おうちでチャレンジしましょう♪



おうちで作ってみた料理



作った日

1 / 月 5 日

学校名

湖南省立三雲東小学校

作った料理

ハンバーグ

使った材料

たまねぎ ミンチ たまご パン こしお こしゅう

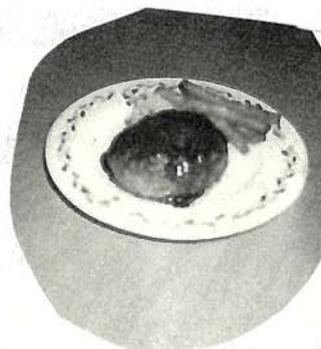
工夫したところ

よくこねたこと

むずかしかったこと・こまったこと

みじん切りがむずかしかった。

作った料理の写真や絵



食べた人のご感想

とてもおいしかった。(全員)

おうちで料理にチャレンジしてみよう♪・・・動画はこちら⇒

※ご記入いただいた内容は、大阪ガス食育HPの「チャレンジおうち料理」に掲載させていただく予定です。
この用紙のご提出をもってご了承いただけたものとさせていただきます。



出張授業「和食だし体験講座」を受けて、おうちでチャレンジしましょう♪



おうちで作ってみた料理



作った日

11月 32日

学校名

湖南省立三雲東小学校

作った料理

おそうぼろ

使った材料

かつおぶし・みそ・大根・ほうし・にんじん・もち・ねぎ・かまぼこ

工夫したところ

お正月なのでにんじんの形を花にしてみました。

むずかしかったこと・こまったこと

にんじんを花の形にするのがむずかしかった。

作った料理の写真や絵



食べた人のご感想

やっぱりおだしを取るとよりおいしく感じられました。

おうちで料理にチャレンジしてみよう♪・・・動画はこちら⇒

※ご記入いただいた内容は、大阪ガス食育HPの「チャレンジおうち料理」に掲載させていただく予定です。
この用紙のご提出をもってご了承いただけたものとさせていただきます。



出張授業「和食だし体験講座」を受けて、おうちでチャレンジしよう♪



おうちで作ってみた料理



作った日

12月28日

学校名

湖南省立三雲東小学校

作った料理

サバの味噌汁

使った材料

サバ・しょうが・酒・味噌・みりん・さしりみそ

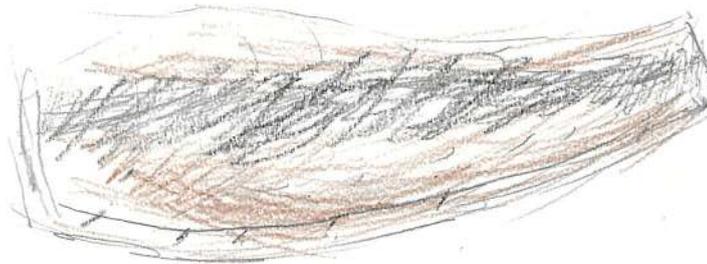
工夫したところ

魚をひっくり返したら、くずれるので上かけ
味噌をつけた。

むずかしかったこと・こまったこと

分量をはかるときまちがえがあった。

作った料理の写真や絵



食べた人のご感想

次は、此 味噌の量を少なくして作るによりおいしくなると思う。
ごめんが進む。

おうちで料理にチャレンジしてみよう♪……動画はこちら⇒



※ご記入いただいた内容は、大阪ガス食育HPの「チャレンジおうち料理」に掲載させていただく予定です。
この用紙のご提出をもってご了承いただけたものとさせていただきます。



出張授業「和食だし体験講座」を受けて、おうちでチャレンジしよう♪



おうちで作ってみた料理



作った日

12月 26日

学校名

湖南省立三雲東小学校

作った料理

みそ汁

使った材料

ネギ、豆腐、あげ、白菜

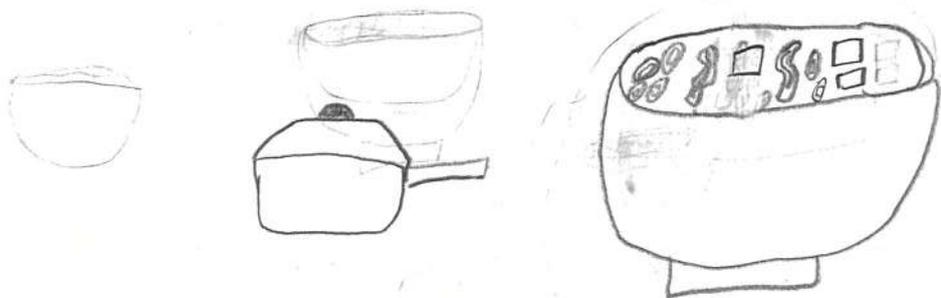
工夫したところ

みそを入れてから、ふっとうしないように弱火で作った。

むずかしかったこと・こまったこと

ふっとうさせないように気をつけるのがむずかしかった。

作った料理の写真や絵



食べた人のご感想

おうちで料理にチャレンジしてみよう♪……動画はこちら⇒

※ご記入いただいた内容は、大阪ガス食育HPの「チャレンジおうち料理」に掲載させていただく予定です。
この用紙のご提出をもってご了承いただけたものとさせていただきます。



出張授業「和食だし体験講座」を受けて、おうちでチャレンジしよう♪



おうちで作ってみた料理



作った日

1月 3日

学校名

湖南省立三雲東小学校

作った料理

おのみやし

使った材料

こしや、たまご、水、キャベツ、グダ肉、白だし

工夫したところ

やきかげん

むずかしかったこと・こまったこと

キャベツがきりぬくかった

作った料理の写真や絵



食べた人のご感想

うまい

おうちで料理にチャレンジしてみよう♪・・・動画はこちら⇒

※ご記入いただいた内容は、大阪ガス食育HPの「チャレンジおうち料理」に掲載させていただく予定です。
この用紙のご提出をもってご了承いただけたものとさせていただきます。



出張授業「和食だし体験講座」を受けて、おうちでチャレンジしよう♪



おうちで作ってみた料理



作った日

12月26日

学校名

湖南省立三雲東小学校

作った料理

ぞうすい

使った材料

ネギ、かつお、こんぶ、しょうゆ、ごぼう、たまご、とろろ、水

工夫したところ

、味をすめにした。

むずかしかったこと・こまったこと

水がかわかるとお湯が沸かないから、お湯をいれた。

作った料理の写真や絵



食べた人のご感想

おいしかったです。

おうちで料理にチャレンジしてみよう♪・・・動画はこちら⇒

※ご記入いただいた内容は、大阪ガス食育HPの「チャレンジおうち料理」に掲載させていただく予定です。
この用紙のご提出をもってご了承いただけたものとさせていただきます。



出張授業「和食だし体験講座」を受けて、おうちでチャレンジしよう♪



おうちで作ってみた料理



作った日

12月29日

学校名

湖南省立三雲東小学校

作った料理

たまごやき

使った材料

たまごめんつゆ。

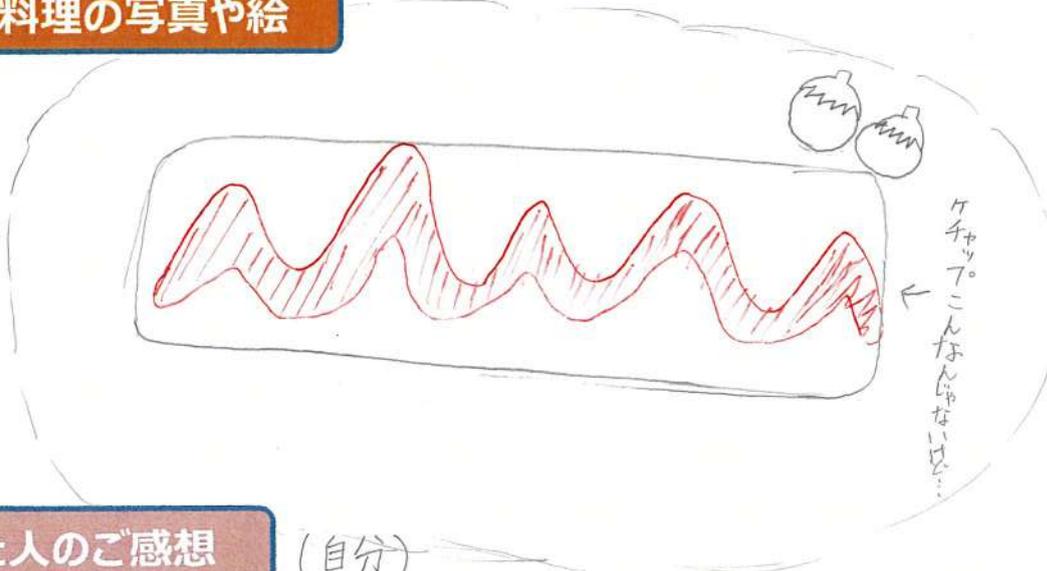
工夫したところ

たまごやきの形がきれいになるようにフライパンとかをかたむけたりして工夫しました。

むずかしかったこと・こまったこと

むずかしかったことは、たまごをまぜる時、しろみか残らないようにまぜた。

作った料理の写真や絵



食べた人のご感想

(自分)

自分で作ったらいつもよりとてもおいしかったし、自分で作れたからとても楽しかったです。

おうちで料理にチャレンジしてみよう♪・・・動画はこちら⇒

※ご記入いただいた内容は、大阪ガス食育HPの「チャレンジおうち料理」に掲載させていただく予定です。この用紙のご提出をもってご了承いただけたものとさせていただきます。



出張授業「和食だし体験講座」を受けて、おうちでチャレンジしよう♪



おうちで作ってみた料理



作った日

1月 6日

学校名

湖南省立三雲東小学校

作った料理

オムライス

使った材料

ベーコン、玉ねぎ、たまご、牛にゅう、マヨネーズ、

ケチャップ

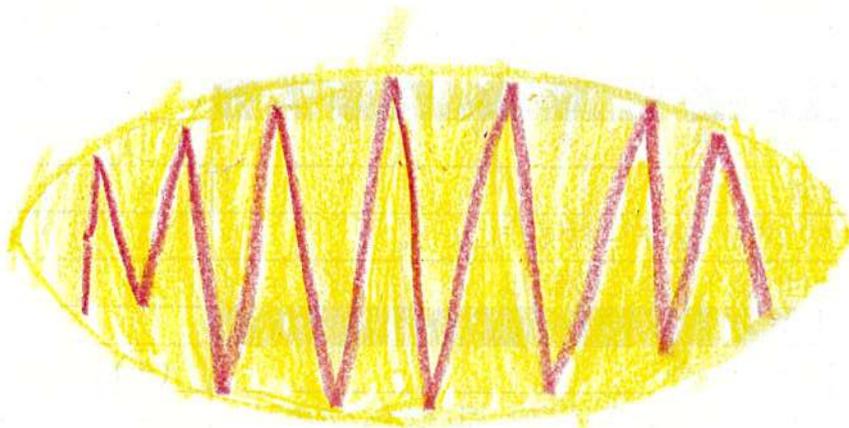
工夫したところ

卵の中に牛にゅうとマヨネーズを少し入れて卵をふんわりさせた。

むずかしかったこと・こまったこと

卵をきれいにまくのがむずかしかった。

作った料理の写真や絵



食べた人のご感想

初めてなのにとってもおいしいと思った。

おうちで料理にチャレンジしてみよう♪・・・動画はこちら⇒

※ご記入いただいた内容は、大阪ガス食育HPの「チャレンジおうち料理」に掲載させていただく予定です。
この用紙のご提出をもってご了承いただけたものとさせていただきます。



出張授業「和食だし体験講座」を受けて、おうちでチャレンジしましょう♪



おうちで作ってみた料理



作った日

12月 29日

学校名

湖南省立三雲東小学校

作った料理

ちゃんぽん

使った材料

たまご、だしじょうゆ、白だし、文蛤、とりにく、かつお

工夫したところ

卵液の量のみんな同じにするために
しぼりすわいれた

むずかしかったこと・こまったこと

かつおの切り方は同じに
するこ

作った料理の写真や絵



食べた人のご感想

だしがおいしい、カリッとしてもおいしい、おいしい。
家族みんなに好評でした。

おうちで料理にチャレンジしてみよう♪・・・動画はこちら⇒

※ご記入いただいた内容は、大阪ガス食育HPの「チャレンジおうち料理」に掲載させていただく予定です。
この用紙のご提出をもってご了承いただけたものとさせていただきます。



出張授業「和食だし体験講座」を受けて、おうちでチャレンジしましょう♪



おうちで作ってみた料理



作った日

1月 1日

学校名

湖南省立三雲東小学校

作った料理

ほうれんそうのバター煮

使った材料

ほうれんそう、しょうゆ、バター、しょうゆ

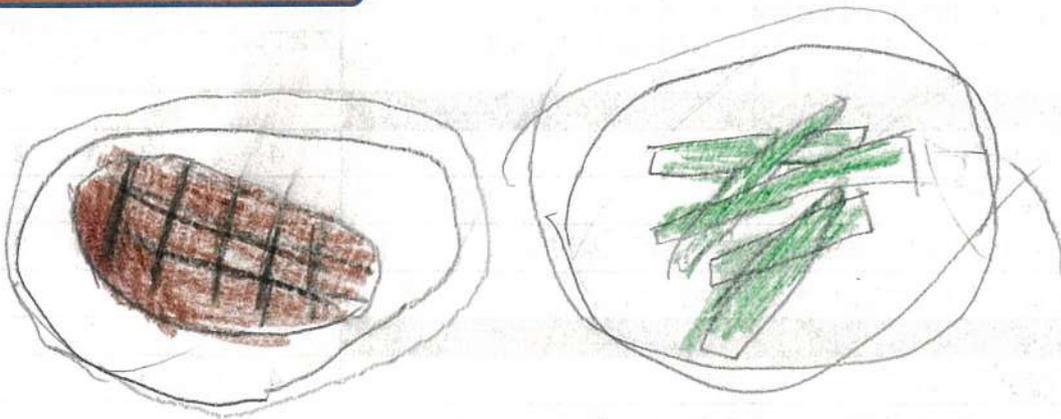
工夫したところ

なほ、せといためる

むずかしかったこと・こまったこと

せけど、煮しろうにやめた

作った料理の写真や絵



食べた人のご感想

とてもおいしかったので、また作ってほしいです。

おうちで料理にチャレンジしてみよう♪・・・動画はこちら⇒

※ご記入いただいた内容は、大阪ガス食育HPの「チャレンジおうち料理」に掲載させていただく予定です。
この用紙のご提出をもってご了承いただけたものとさせていただきます。



出張授業「和食だし体験講座」を受けて、おうちでチャレンジしよう♪



おうちで作ってみた料理



作った日

1月 4日

学校名

湖南省立三雲東小学校

作った料理

パンケーキ

使った材料

HM(ホットケーキミックス)、牛乳、たまご

工夫したところ

卵黄と卵白を分けてつくった

むずかしかったこと・こまったこと

丸く平たいお菓子を作らな

作った料理の写真や絵



食べた人のご感想

ふわふわに焼けていておいしかったです。
ちょうどいい色に焼けていました。

おうちで料理にチャレンジしてみよう♪・・・動画はこちら⇒

※ご記入いただいた内容は、大阪ガス食育HPの「チャレンジおうち料理」に掲載させていただく予定です。
この用紙のご提出をもってご了承いただけたものとさせていただきます。





おうちで作ってみた料理



作った日

12月 26日

学校名

湖南省立三雲東小学校

作った料理

みそ汁

使った材料

玉ねぎ、人参、とうふ、みそ

工夫したところ

野菜の切り方。人参は一口サイズで切って、火が通るほうに、うよく切った。

むずかしかったこと・こまったこと

とうふを手の上で切る時、とうふがずりそうで、とてもむずかかったです。

作った料理の写真や絵



食べた人のご感想

おうちで料理にチャレンジしてみよう♪・・・動画はこちら⇒

※ご記入いただいた内容は、大阪ガス食育HPの「チャレンジおうち料理」に掲載させていただく予定です。この用紙のご提出をもってご了承いただけたものとさせていただきます。



出張授業「和食だし体験講座」を受けて、おうちでチャレンジしましょう♪



おうちで作ってみた料理



作った日

1 月 14 日

学校名

湖南省立三雲東小学校

作った料理

みそしる

使った材料

だしこん、はんぺん、かりぼろ

工夫したところ

たくあんがさいをしめた。

むずかしかったこと・こまったこと

みそがくさいをしらす

作った料理の写真や絵



食べた人のご感想

おいしいがきました

おうちで料理にチャレンジしてみよう♪・・・動画はこちら⇒

※ご記入いただいた内容は、大阪ガス食育HPの「チャレンジおうち料理」に掲載させていただく予定です。
この用紙のご提出をもってご了承いただけたものとさせていただきます。



出張授業「和食だし体験講座」を受けて、おうちでチャレンジしましょう♪



おうちで作ってみた料理



作った日

1月4日

学校名

湖南省立三雲東小学校

作った料理

しょうが焼き

使った材料

豚肉・たまねぎ・しょうが・おさけ・しょうゆ

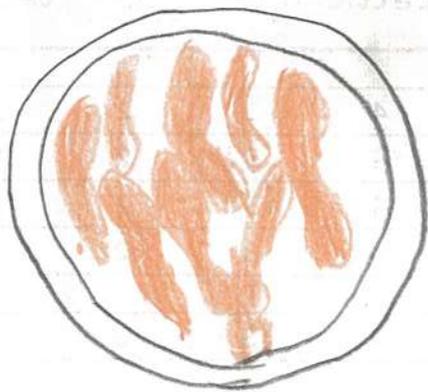
工夫したところ

おさけ=肉を柔らかくするためおさけをいれた。

むずかしかったこと・こまったこと

味がくならないようにしょうがすりおろし入れすぎないようにするた=めに
お肉にきながら作りました。

作った料理の写真や絵



食べた人のご感想

お肉もやわらかくてとても味がおいしいかと=ちは。
お礼いたします。

おうちで料理にチャレンジしてみよう♪・・・動画はこちら⇒

※ご記入いただいた内容は、大阪ガス食育HPの「チャレンジおうち料理」に掲載させていただく予定です。
この用紙のご提出をもってご了承いただけたものとさせていただきます。



出張授業「和食だし体験講座」を受けて、おうちでチャレンジしましょう♪



おうちで作ってみた料理

作った日

1 月 3 日

学校名

湖南省立三雲東小学校

作った料理

たししまき

使った材料

身P(3ニ) かたくり粉(小さじ1/4) 凍干(1) (小さじ1) 豆腐(1) と
つまみ、 こんが(だし)の水(100cc) が つまみ(15g)

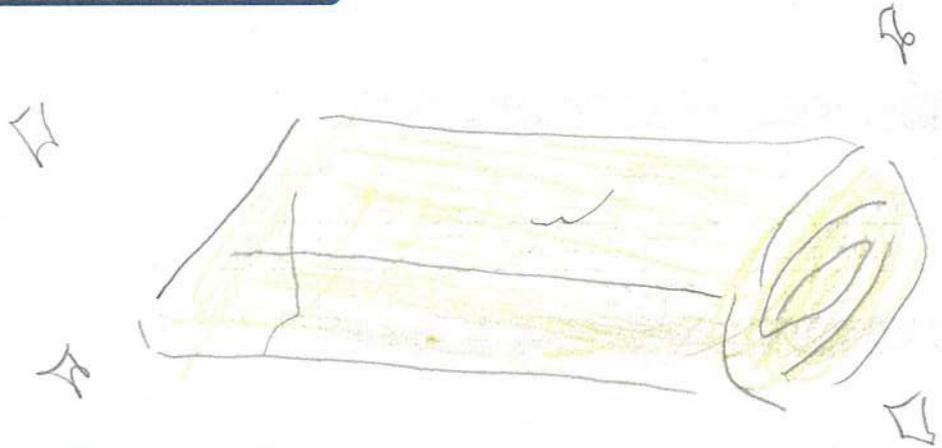
工夫したところ

だしをれきからつくったこと
かたくり粉をいれた。

むずかしかったこと・こまったこと

上手にまこと
見た目はいい
ほんじやくにすべこと

作った料理の写真や絵



食べた人のご感想

見た目がきれい、食べてびっくり、舌ざわりがなめらか、
ハッショウケンめい、作っていたので、愛情も ばいっぺいなのかな?



おうちで料理にチャレンジしてみよう♪...動画はこちら⇒



※ご記入いただいた内容は、大阪ガス食育HPの「チャレンジおうち料理」に掲載させていただく予定です。
この用紙のご提出をもってご了承いただけたものとさせていただきます。



出張授業「和食だし体験講座」を受けて、おうちでチャレンジしましょう♪



おうちで作ってみた料理



作った日

1月6日

学校名

湖南省立三雲東小学校

作った料理

パンケーキ

使った材料

パンケーキ粉 たまご 牛乳

工夫したところ

毎朝目覚めると二時間ばかり火がとく通るようには時間をかけて火を弱くした

むずかしかったこと・こまったこと

火の調整が

どのくらいの火力でやればいいのかこまった

作った料理の写真や絵



食べた人のご感想

見た目は(お肉の)クリーム色に薄い茶色がかかって食べるともちもちで(お肉の)味やおいしい味がとておいしいです。少しづつ作りました。お楽しみください!!

おうちで料理にチャレンジしてみよう♪・・・動画はこちら⇒



※ご記入いただいた内容は、大阪ガス食育HPの「チャレンジおうち料理」に掲載させていただく予定です。この用紙のご提出をもってご了承いただいたものとさせていただきます。



出張授業「和食だし体験講座」を受けて、おうちでチャレンジしよう♪



おうちで作ってみた料理



作った日

12月30日

学校名

湖南省立三雲東小学校

作った料理

たまごやき

使った材料

たまご、小麦粉

工夫したところ

しょうゆのかけ

むずかしかったこと・こまったこと

ありません

作った料理の写真や絵

食べた人のご感想

しょうゆが足りなくておいしかった

おうちで料理にチャレンジしてみよう♪・・・動画はこちら⇒

※ご記入いただいた内容は、大阪ガス食育HPの「チャレンジおうち料理」に掲載させていただく予定です。
この用紙のご提出をもってご了承いただけたものとさせていただきます。



出張授業「和食だし体験講座」を受けて、おうちでチャレンジしよう♪



おうちで作ってみた料理



作った日

11月 6日

学校名

湖南省立三雲東小学校

作った料理

はくせい

使った材料

はくせい、ふた、きくらげ、うずらたまご、たけのこ、
けんいんをいれました。

工夫したところ

工夫したところは、いしくはないです。

むずかしかったこと・こまったこと

はくせいを煮るのが、むずかしかったです。
こまったところは、いしくはないです。

作った料理の写真や絵



食べた人のご感想

しるしでもおいしかったです。
またつくって食べたいです。

おうちで料理にチャレンジしてみよう♪・・・動画はこちら⇒

※ご記入いただいた内容は、大阪ガス食育HPの「チャレンジおうち料理」に掲載させていただく予定です。
この用紙のご提出をもってご了承いただけましたものとさせていただきます。



出張授業「和食だし体験講座」を受けて、おうちでチャレンジしましょう♪



おうちで作ってみた料理



作った日

12月3日

学校名

湖南省立三雲東小学校

作った料理

ポテトサラダ

使った材料

キュウリ、ハム、じゃがいも、マヨネーズ、しょうゆ

工夫したところ

じゃがいもをまぜる

むずかしかったこと・こまったこと

じゃがいもをつぶすところ

作った料理の写真や絵



食べた人のご感想

おいしかった

おうちで料理にチャレンジしてみよう♪・・・動画はこちら⇒

※ご記入いただいた内容は、大阪ガス食育HPの「チャレンジおうち料理」に掲載させていただく予定です。
この用紙のご提出をもってご了承いただけたものとさせていただきます。



出張授業「和食だし体験講座」を受けて、おうちでチャレンジしよう♪



おうちで作ってみた料理



作った日

1月4日

学校名

湖南省立三雲東小学校

作った料理

みそ汁

使った材料

・みそ ・とうふ ・だいこん ・にんじん ・わかめ ・もち ・だし

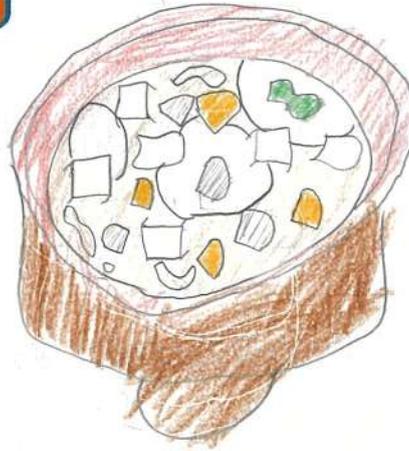
工夫したところ

とうふ、だいこん、にんじんを食べやすい大きさに切るように工夫した

むずかしかったこと・こまったこと

とうふ、だいこん、にんじんを同じ大きさに切るのと

作った料理の写真や絵



食べた人のご感想

自分で使ったみそ汁だったのでおいしかったです。

おうちで料理にチャレンジしてみよう♪・・・動画はこちら⇒

※ご記入いただいた内容は、大阪ガス食育HPの「チャレンジおうち料理」に掲載させていただく予定です。
この用紙のご提出をもってご了承いただけたものとさせていただきます。



出張授業「和食だし体験講座」を受けて、おうちでチャレンジしましょう♪



おうちで作ってみた料理



作った日

1月

5日

学校名

湖南省立三雲東小学校

作った料理

ハヤシ

使った材料

肉がなかったんでミンチがいました。

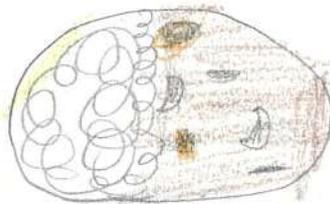
工夫したところ

ミンチ

むずかしかったこと・こまったこと

たまねぎを切ること。

作った料理の写真や絵



食べた人のご感想

おいしい。

おうちで料理にチャレンジしてみよう♪・・・動画はこちら⇒

※ご記入いただいた内容は、大阪ガス食育HPの「チャレンジおうち料理」に掲載させていただく予定です。
この用紙のご提出をもってご了承いただけたものとさせていただきます。



出張授業「和食だし体験講座」を受けて、おうちでチャレンジしましょう♪



おうちで作ってみた料理



作った日

1月 2日

学校名

湖南省立三雲東小学校

作った料理

チャーハン

使った材料

お米、たまご、ネギ、ハム、ごま油、とりがら、はこばう

しょう油

工夫したところ

たまごをこぼさないようにした

むずかしかったこと・こまったこと

お米が垂くて、うまくかき混ぜられなかった

作った料理の写真や絵



食べた人のご感想

仕上げの直前にかける醤油によって、香りが増えとても美味しく出来上がりました。

おうちで料理にチャレンジしてみよう♪・・・動画はこちら⇒

※ご記入いただいた内容は、大阪ガス食育HPの「チャレンジおうち料理」に掲載させていただく予定です。
この用紙のご提出をもってご了承いただけたものとさせていただきます。



出張授業「和食だし体験講座」を受けて、おうちでチャレンジしましょう♪



おうちで作ってみた料理



作った日

1月3日

学校名

湖南省立三雲東小学校

作った料理

おみそしる

使った材料

かつおぶし・あけ・とうじ・おみそ・おがね

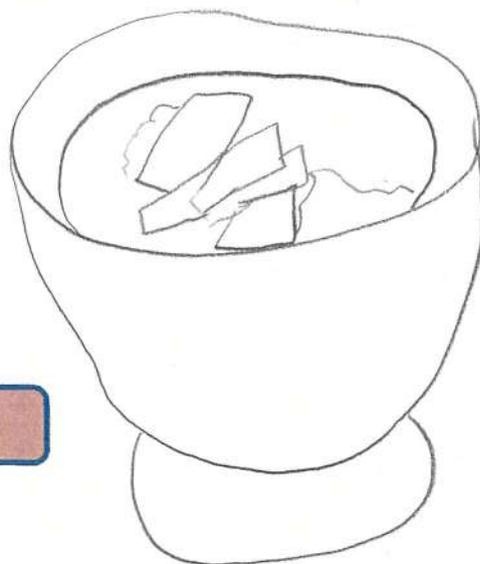
工夫したところ

かつおぶしのだししかかった。

むずかしかったこと・こまったこと

おみそしるをとかすこと

作った料理の写真や絵



食べた人のご感想

おいしかった

おうちで料理にチャレンジしてみよう♪……動画はこちら⇒

※ご記入いただいた内容は、大阪ガス食育HPの「チャレンジおうち料理」に掲載させていただく予定です。
この用紙のご提出をもってご了承いただけたものとさせていただきます。



出張授業「和食だし体験講座」を受けて、おうちでチャレンジしましょう♪



おうちで作ってみた料理



作った日

12月 30日

学校名

湖南省立三雲東小学校

作った料理

みそしる

使った材料

かつお・こんぶ・みそ・とうふ・ねぎ・あじうけ・にんじん

工夫したところ

だしの口末をしっかりとす。

むずかしかったこと・こまったこと

だしのとりかたでどのくらいしたらいいか。

作った料理の写真や絵



食べた人のご感想

上手できていておいしかったです。

おうちで料理にチャレンジしてみよう♪・・・動画はこちら⇒

※ご記入いただいた内容は、大阪ガス食育HPの「チャレンジおうち料理」に掲載させていただく予定です。この用紙のご提出をもってご了承いただけたものとさせていただきます。



出張授業「和食だし体験講座」を受けて、おうちでチャレンジしましょう♪



おうちで作ってみた料理



作った日

12月 24日

学校名

湖南省立三雲東小学校

作った料理

とんじり

使った材料

にんじん、ぶたにく、た「いこん、ねぎ」

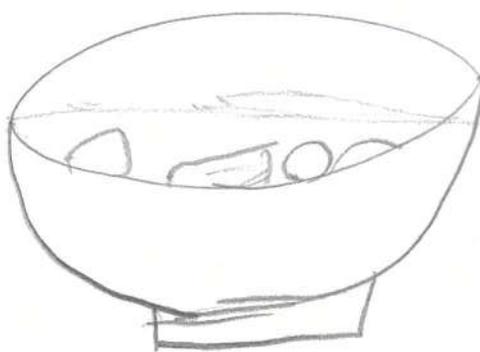
工夫したところ

火がとおりにくい物から入れた。

むずかしかったこと・こまったこと

みそしるとほりかいつ 味付けたから むずかしかった。

作った料理の写真や絵



食べた人のご感想

おうちで料理にチャレンジしてみよう♪・・・動画はこちら⇒

※ご記入いただいた内容は、大阪ガス食育HPの「チャレンジおうち料理」に掲載させていただく予定です。
この用紙のご提出をもってご了承いただけたものとさせていただきます。



出張授業「和食だし体験講座」を受けて、おうちでチャレンジしましょう♪



おうちで作ってみた料理



作った日

12月 27日

学校名

湖南省立三雲東小学校

作った料理

みそしる

使った材料

にんじん・ねぎ・きゃべツ・みそ

工夫したところ

かたい野菜から入れることです。

むずかしかったこと・こまったこと

むずかしかったところは野菜を切ることです。

作った料理の写真や絵



食べた人のご感想

だしの量とおみそのか減がちょうどよくて、とてもおいしかったです。
やさしい味のおみそ汁でした。

おうちで料理にチャレンジしてみよう♪・・・動画はこちら⇒

※ご記入いただいた内容は、大阪ガス食育HPの「チャレンジおうち料理」に掲載させていただく予定です。
この用紙のご提出をもってご了承いただけたものとさせていただきます。



出張授業「和食だし体験講座」を受けて、おうちでチャレンジしましょう♪



おうちで作ってみた料理

作った日

12月 26日

学校名

湖南省立三雲東小学校

作った料理

おみそしる

使った材料

・にんじん ・たけのこ ・おみそ ・だし ・おろし

工夫したところ

だしをいれるタイミングをまちがえないこと

むずかしかったこと・こまったこと

きりかたをまちがえないこと

作った料理の写真や絵



食べた人のご感想

おいしかったです。

おうちで料理にチャレンジしてみよう♪・・・動画はこちら⇒

※ご記入いただいた内容は、大阪ガス食育HPの「チャレンジおうち料理」に掲載させていただく予定です。
この用紙のご提出をもってご了承いただけたものとさせていただきます。



出張授業「和食だし体験講座」を受けて、おうちでチャレンジしましょう♪



おうちで作ってみた料理



作った日

1月1日

学校名

湖南省立三雲東小学校

作った料理

おろし菜

使った材料

にんじん、大根、おろし菜、だし

工夫したところ

大根などの大きい物から手で削る

むずかしかったこと・こまったこと

おろしを入れる時にググがむずかしい

作った料理の写真や絵



食べた人のご感想

美味しかったです

おうちで料理にチャレンジしてみよう♪・・・動画はこちら⇒

※ご記入いただいた内容は、大阪ガス食育HPの「チャレンジおうち料理」に掲載させていただく予定です。
この用紙のご提出をもってご了承いただけたものとさせていただきます。



出張授業「和食だし体験講座」を受けて、おうちでチャレンジしましょう♪



おうちで作ってみた料理



作った日

月

日

学校名

湖南省立三雲東小学校

作った料理

みそしる

使った材料

だし、おろしたまねぎ、にんじん、たまご、わかめ、ふ

工夫したところ

だしとたまご

むずかしかったこと・こまったこと

たまごを混ぜ

作った料理の写真や絵



食べた人のご感想

(こたろう) じょうじ たまねぎもおいしいにみそしるもおいしいからとてもおいしいです。

(父) だしがまいておいしかった。

おうちで料理にチャレンジしてみよう♪・・・動画はこちら⇒

※ご記入いただいた内容は、大阪ガス食育HPの「チャレンジおうち料理」に掲載させていただく予定です。
この用紙のご提出をもってご了承いただけたものとさせていただきます。



出張授業「和食だし体験講座」を受けて、おうちでチャレンジしましょう♪



おうちで作ってみた料理



作った日

1月4日

学校名

湖南省立三雲東小学校

作った料理

鳥食の風ちゅうかそば

使った材料

ちゅうかそば、鳥食、はせり、にんじん、えのき、まいたけ、みず、な、とうふ

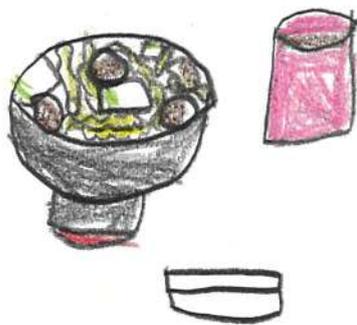
工夫したところ

お肉を焼いてからにこんだ。やせりは、かたじやっからにこんだ。

むずかしかったこと・こまったこと

材料を切るのが「むずかしか
った。分量が「あかまなしてこまった

作った料理の写真や絵



食べた人のご感想

スープが「めんにかままでおいしかた。
しお味のスープが「だしが「でておいしかった。

おうちで料理にチャレンジしてみよう♪・・・動画はこちら⇒



※ご記入いただいた内容は、大阪ガス食育HPの「チャレンジおうち料理」に掲載させていただく予定です。
この用紙のご提出をもってご了承いただけたものとさせていただきます。



出張授業「和食だし体験講座」を受けて、おうちでチャレンジしましょう♪



おうちで作ってみた料理



作った日

1月 4日

学校名

湖南省立三雲東小学校

作った料理

グラタン

使った材料

・マカロニ ・とり肉…300g ・玉ねぎ…150g
・サラダ油…大さじ5 ・水…450ml
・牛乳…600ml ・チーズ・バター…適量
北海道グラタン…3箱

工夫したところ

玉ねぎをうすくきるころ
とり肉をちゃんとかくころ

むずかしかったこと・こまったこと

とり肉を切ること、かくこと

作った料理の写真や絵



食べた人のご感想

寒い冬にああのおマカロニグラタンは、サイコーに美味しいわ
またおろし玉ねぎいね！

おうちで料理にチャレンジしてみよう♪…動画はこちら⇒

※ご記入いただいた内容は、大阪ガス食育HPの「チャレンジおうち料理」に掲載させていただく予定です。
この用紙のご提出をもってご了承いただけましたものとさせていただきます。



出張授業「和食だし体験講座」を受けて、おうちでチャレンジしましょう♪



おうちで作ってみた料理



作った日

1月 5日

学校名

湖南省立三雲東小学校

作った料理

おみそしる

使った材料

ごんぶ!! とうふ、たまねぎ、わかめ、みそ

工夫したところ

みそをたいたいておいをちょうせいするのを工夫した。

むずかしかったこと・こまったこと

おいをちょうせいするのがむずかしかった。

作った料理の写真や絵



食べた人のご感想

ごんぶだいまいそ 臭と味もよっていいからたべます。

おうちで料理にチャレンジしてみよう♪・・・動画はこちら⇒

※ご記入いただいた内容は、大阪ガス食育HPの「チャレンジおうち料理」に掲載させていただく予定です。
この用紙のご提出をもってご了承いただけたものとさせていただきます。



出張授業「和食だし体験講座」を受けて、おうちでチャレンジしましょう♪



おうちで作ってみた料理



作った日

1 月 2 日

学校名

湖南省立三雲東小学校

作った料理

すき焼き

使った材料

たまねぎ 糸こんにゃく 牛肉 つじみ 醤油

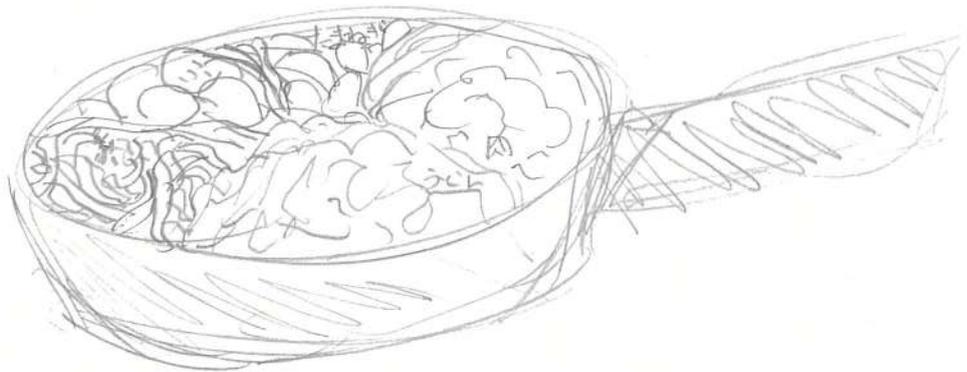
工夫したところ

具がまざらないようにわけて入れた

むずかしかったこと・こまったこと

たまねぎの皮をむく

作った料理の写真や絵



食べた人のご感想

おいしかったです。

おうちで料理にチャレンジしてみよう♪・・・動画はこちら⇒

※ご記入いただいた内容は、大阪ガス食育HPの「チャレンジおうち料理」に掲載させていただく予定です。
この用紙のご提出をもってご了承いただけたものとさせていただきます。



出張授業「和食だし体験講座」を受けて、おうちでチャレンジしましょう♪



おうちで作ってみた料理



作った日

1月

1日

学校名

湖南省立三雲東小学校

作った料理

だしごはん、おみそしる

使った材料

お米、にぼし、生わかめ、とうふ、あげ、ねぎ、いなかみそ
味のもと

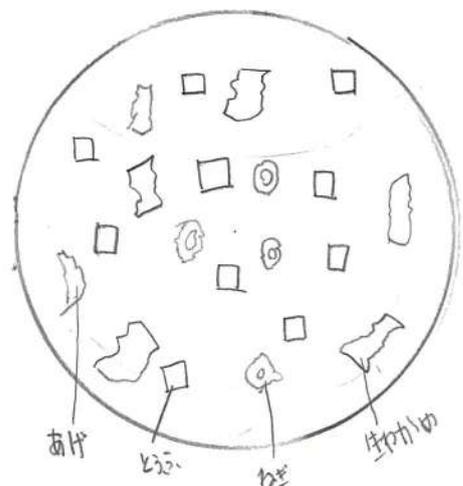
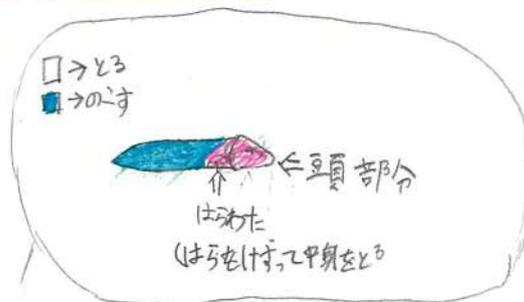
工夫したところ

にぼしの頭と、はらわたの黒い所をとって、
だしに使いました。おにぼしはおいしくな川から新しいのを使う

むずかしかったこと・こまったこと

米の洗いで、米を落とそうだった。
ざるに入らぬみそのかすをおとさないうようにするのが大変だった。

作った料理の写真や絵



食べた人のご感想

だしの味がよく、とてもおいしかったです。

おうちで料理にチャレンジしてみよう♪・・・動画はこちら⇒

※ご記入いただいた内容は、大阪ガス食育HPの「チャレンジおうち料理」に掲載させていただく予定です。
この用紙のご提出をもってご了承いただけたものとさせていただきます。

