

令和8年度牛乳・乳製品利用料理講習会を開催しました！

○開催日 6月16日（火）

○場 所 木曽合同庁舎栄養室

○内 容

6月1日は「世界牛乳の日」です。日本でも、牛乳や酪農業に関心を持ってもらうため、6月を「牛乳月間」としています。

農業を通じた地域振興に意欲的に取り組む女性農業者グループである、長野県農村生活マイスター協会では、国産牛乳・乳製品の需要拡大を目的に、栄養バランスが良くカルシウムが豊富な牛乳・乳製品利用料理講習会を開催しました。

農村生活マイスター木曽支部の皆さんを中心に、手軽に作れる「旬の野菜のミルクリゾット」、「温野菜卵のサラダ」、「ゴマ寄せ」の3品をつくりました。「短時間ででき、大人も子どもも満足できる味！」と好評でした。

もうすぐ夏休みですが、長期休業中、児童・生徒の皆さんは牛乳を摂取する機会が減る傾向にあります。牛乳を飲むだけでなく料理に牛乳・乳製品を加えることで手軽に摂取できます。大人も子どもも、乳製品を含めバランスよい食生活で、夏の暑さに負けずに過ごしたいですね。

試食の時間には、農業生産現場における効率化や労働環境整備の考え方である「カイゼン」と「家族経営協定」についての説明を行いました。



写真：調理の様子と完成した3品

