



給食などの大規模調理に役立つ
米粉を活用した献立の研修会です。
実際に調理しながら、米粉の使い方と
おいしさのポイントを学びましょう。
ぜひご参加ください。

米粉活用研修会

給食向け

参加無料

庄内
会場

2025 **12/23** (火) 13:30~16:00

【会場】酒田調理師専門学校(酒田市幸町2丁目10-12)

申込締切

12/14



山形
会場

2026 **2/5** (木) 13:30~16:00

【会場】山形県学校給食会(山形市銅町1丁目2-12)

申込締切

1/25



※各回、参加者受付は13:00から開始します。

※参加者はエプロン、三角巾等をご持参ください。

【対象】保育施設・学校・福祉施設・病院等の
栄養教諭、栄養士、調理師等

【定員】各回先着20名程度

研修内容

※庄内会場・山形会場 共通の内容となります。

■テーマ 「米粉のおいしさを活かした献立・
小麦に敏感な人にも優しい献立」

■座学 米粉の利用に関する基礎知識
○米粉給食のメリット・米粉調理をする上での特徴及び
特性など
○大量調理の成功例とレシピ公開・米粉使用によりコス
ト高とはならない工夫例など

■実習 グループ分けして実習、食味を行います。

■当日の献立(予定)
○「チキンマスタードソテー」
○「おからの米粉和風ナゲット」
○「きのこあんかけミートローフ」
○「アレルギー対応米粉ブラウニー」
○「米粉の抹茶ムース」

講師

今別府 靖子さん(料理研究家・栄養士)

「健康とおいしい」をテーマに、広告、書籍、雑誌等の監修、テレビ出
演・講演など幅広く活動。

地方自治体や企業向けのレシピ開発、また娘の小麦アレルギーをきっ
かけに米粉レシピにも取り組み、料理教室や学校給食米粉普及活動な
ども積極的に参画し、食育活動に取り組んでいる。

東京在住。

お申込みはWEBフォームから

[https://form.run/
@komeko-kyuushoku2025](https://form.run/@komeko-kyuushoku2025)

