

# 『給食レシピ集』の作り方

1. 折り目を付けます。



山折り



山折り



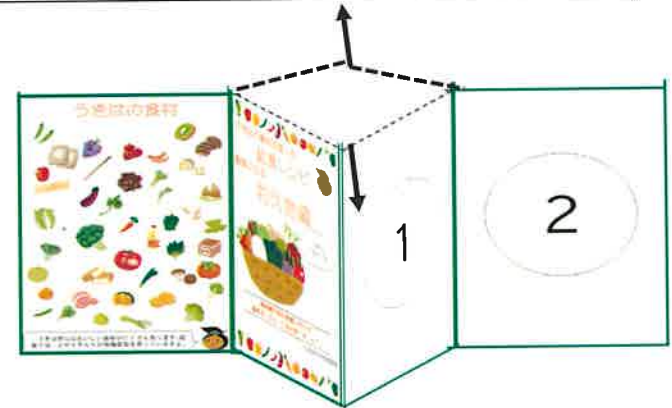
山折り



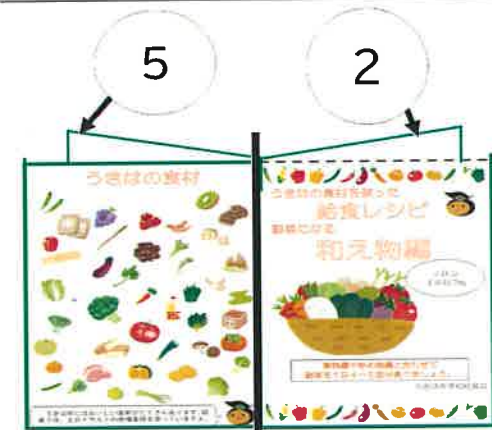
2. 全部広げて半分に折り曲げ、点線部分を切ります。



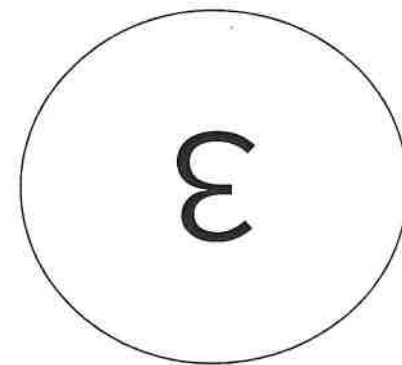
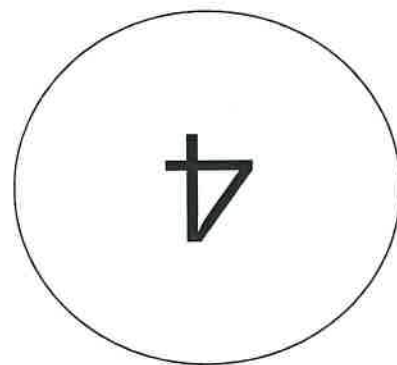
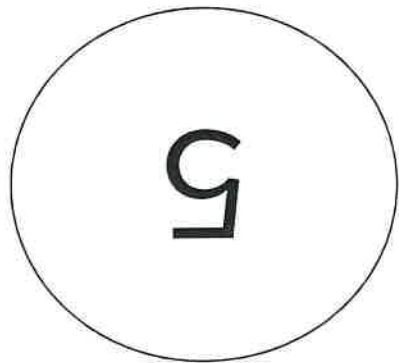
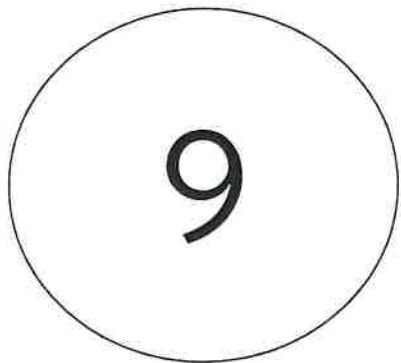
3. 広げて半分に折り曲げ、中央を外側に出します。



4. 表紙と裏表紙の所を山折りにたたむと冊子ができあがります。



山折り



### うきはの食材



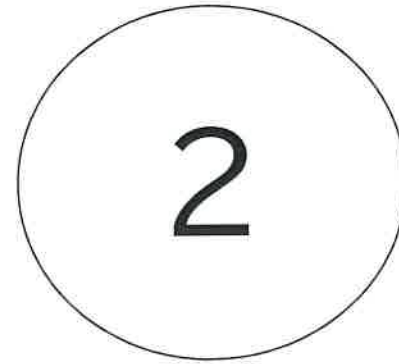
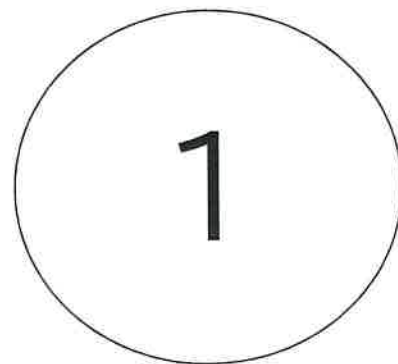
### うきはの食材を使った 給食レシピ 副菜になる 和え物編



小鉢は  
1皿約70g

煮物類や炒め物類と合わせて  
副菜を1日4～5皿分食べましょう。

うきは市学校給食会



うきは市にはおいしい食材がたくさんあります。給食では、上のイラストの地場産物を使っていますよ。

