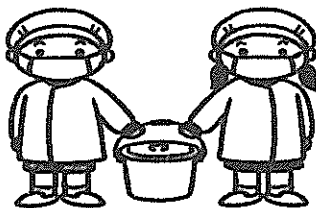


～給食試食会～



学校給食は、教育活動の一環として行われています。
食育の観点を踏まえ、7つの目標が定められ、実施されています。

学校給食の
目標



①適切な栄養の摂取による健康の保持増進を図ること。

健康の
保持増進!



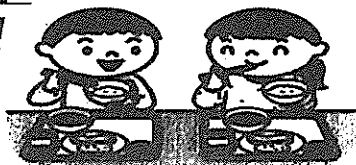
②日常生活における食事について正しい理解を深め、健全な食生活を営むことができる判断力を培い、及び望ましい食習慣を養うこと。



望ましい食習慣!

③学校生活を豊かにし、明るい社交性及び協同の精神を養うこと。

社交性と
協同の
精神!



④食生活が自然の恩恵の上になり立つものであることについての理解を深め、生命及び自然を尊重する精神並びに環境の保全に寄与する態度を養うこと。

自然の尊重!



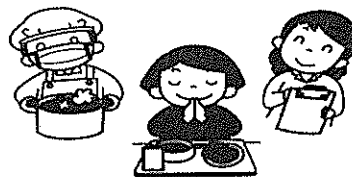
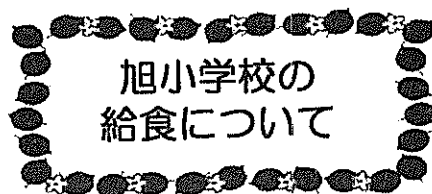
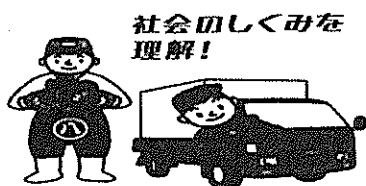
⑤食生活が食にかかわる
人々の様々な活動に支
えられていることにつ
いての理解を深め、
勤労を重ん
ずる態度を
養うこと。感謝の心!



⑥我が国や各地域の優れ
た伝統的な食文化につ
いての理解を深めるこ
と。



⑦食料の生産、流通及び
消費について、正しい
理解に導くこと。



旭小学校の給食について

◎給食費

平成28年度は189回実施予定です。
給食費は1食単価方式です。



	低学年	中学年	高学年
1食単価	244円	272円	294円

※徴収した給食費は、食材料費・消費税として使われています。
施設設備費、光熱水費、人件費などは含まれていません。

◎給食費の返金

- ・長期欠席の場合
- ・転出、転入学の場合
- ・学級、学年、学校閉鎖の場合

◎調理業務

本校の給食室で給食調理業務をおこなっています。本校の調理業務は、株式会社フジ産業に委託されています。4人の調理師と3人のパート従業員で調理業務及び洗浄業務を担当しています。

◎食数

児童数 約500名 (17学級)
 教職員数 約 50名
 合計 約550名



1日に必要な栄養量の1/3
 カルシウム⇒1/2

◎栄養価

給食における
 児童 (中学年) 1人1回あたりの平均所要栄養量

	エネルギー	たんぱく質	脂肪	カルシウム	鉄	ナトリウム
中学年 (基準)	640 Kcal	24g	給食による摂取エネルギーの25~30%	350 mg	3.0 mg	食事相当量 2.5g未満 (1100mg)

	ビタミン				食物繊維	マグネシウム	亜鉛
	A	B1	B2	C			
中学年 (基準)	170 μgRE	0.40 mg	0.50 mg	20 mg	5g	80mg	2mg

◎献立

飲み物・主食・副食・デザートという形で組み合わせています。

	パン		めん類	ごはん類
	パン	調理パン		
主食	食パン、ミルクパン、フドウパン ソフトフランスパンなど	揚げパン サンドイッチ ピザトースト バタートーストなど	うどん 焼きそば スパゲティなど	白飯 炊き込みごはん カレーライス おこわなど
のみもの	牛乳(1本200cc) ジュース類 ヨーグルトなど	おかず 煮物、焼き物、汁物、揚げ物、蒸し物、炒め物、ゆでものなど	デザート	くだものゼリー カップケーキなど

◎献立作成

「文部科学省の学校給食摂取基準」と「世田谷区における標準食品構成」を基に栄養職員が作成します。

また、学校の実態・行事・施設設備・1食単価・食器の数なども考慮し、旭小学校独自の給食を作成し、実施しています。

◎献立の工夫

(1) 食品構成の確保

・より多くの食品を取り入れるようにしています。給食では平均15品目程度使用しています。

・不足がちな、豆類、魚(小魚)、海藻類の摂取を心がけ、油脂類・肉類などが過剰にならないようにしています。



(2) 手作りの給食①

・化学調味料などのインスタント調味料は使用せず、スープは鶏ガラ・豚骨を、だし汁は削り節や昆布、煮干を煮出して使用しています。料理に合わせて、使い分けています。

手作りのだし汁

★けずり節のだし汁のとり方★



水からとる鶏ガラスープ

★鶏ガラスープのとり方★



(2) 手作りの給食②

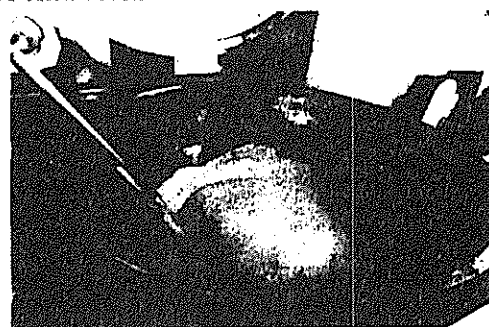
・ゼリーやケーキ、ハンバーグ、コロッケなど給食室で手作りしています。

・カレールーやホワイトソースも油、バター、小麦粉を使って作っています。

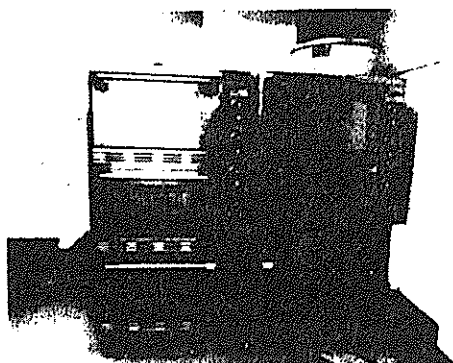


ルー作り

★カレーのルー作り★



★米飯給食の日は給食室で炊飯★



(3) 旬の食材や行事食で季節感を

・四季おりおりの『旬』の食材を取り入れています。



・行事にあわせた『行事食』を取り入れています。

(4) 安全、安心な食材

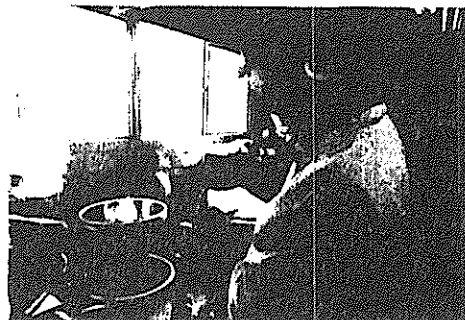
・安全で安心できる食材を使用するように心がけています。

・野菜やくだもの、肉類、卵は国産のものを使用しています。



旭小学校の調理業務について

★朝いちばんの水質検査★



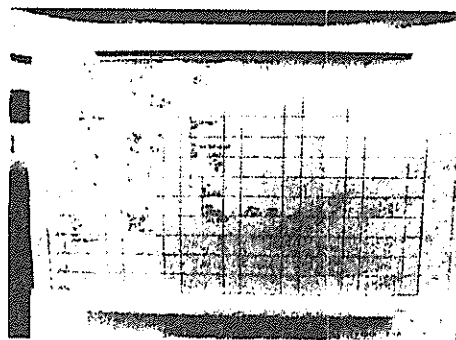
水質検査

★朝いちばんの水質検査★



作業工程表・作業動線図を遵守した作業

★作業工程表・作業動線図★



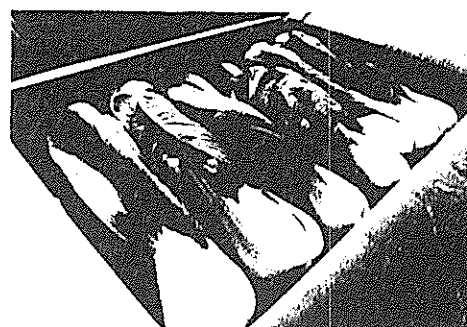
給食物資の納品

★検収作業・温度計測と記録★



給食物資の納品

★検収作業★



給食物資の納品

★
給食作業
★



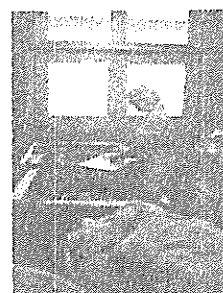
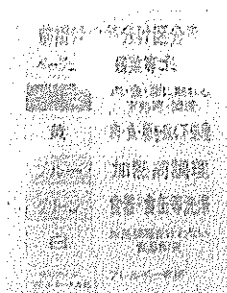
◎衛生管理

- ・生鮮食材は当日中に使い切る
- ・野菜、果物は3回以上洗浄
- ・果物以外はすべて加熱調理
- ・中心温度75℃以上1分
- ・90項目にわたる作業点検の実施

身なりの衛生について

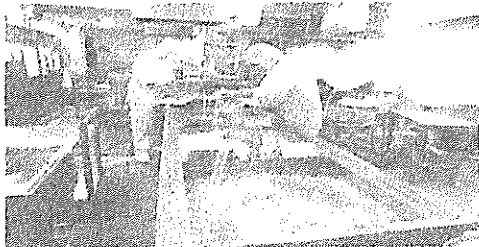
- ・給食調理にあたっては、清潔な白衣、帽子、マスクを着用。
- ・石けんによる徹底した手洗いとアルコールによる手指の消毒。
- ・作業ごとにエプロンと履物の色分けをして区別し、手袋の着用、エプロンの消毒を徹底しています。

エプロンの色分けについて



エプロンの色分けについて

★ 野菜の洗浄（3回以上の洗浄作業） ★



エプロンの色分けについて

肉・卵などを扱う時



果物を切ったり、配膳作業を行う時（生食作業）



エプロンの色分けについて

★
切りもの作業
★



エプロンの色分けについて

★
調理中
★



エプロンの色分けについて

★
配缶作業
★



中心温度の測定・記録

★
配缶作業
★

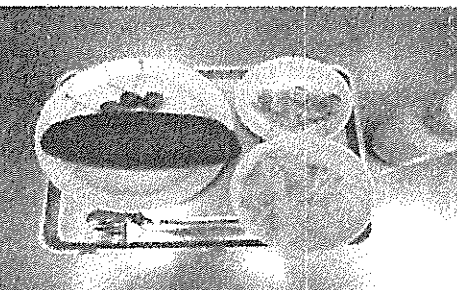


保存食の採取・2週間の冷凍保存

★
原材料及び出来上がり品の採取
★



給食完成



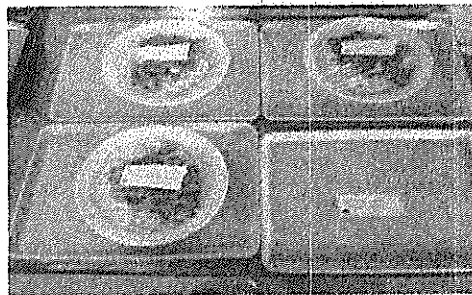
★配膳確認★

アレルギー対応について



★アレルギー除去食盛付・確認★

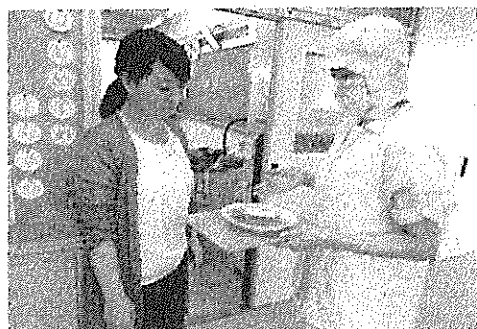
アレルギー対応について



★アレルギー除去食盛付・確認★

アレルギー除去食の手渡し

★アレルギー除去食の内容説明★



配膳車の確認



★食器及び食具などの確認★

リフトで配膳車を上げる



児童が給食を食べる前の確認

★検食★





旭小学校の給食について

◎給食で使うものについて

- ・ランチョンマット
- ・ハンカチ
- ・白衣、ぼうし袋、マスク

旭小学校の給食について

◎「給食」を生きた教材として

- ・給食メモ
- ・旬の食材や行事食、郷土食
- ・給食目標
- ・リクエスト給食
- ・セレクト給食
- ・お別れ会食
- ・交流給食 など

**給食を通して
子どもたちに伝えたいこと**

「感謝の気持ち」

- ・給食作りにかかわる
すべての人に対して
- ・いのちをくれた他の生き物に対して
- ・お家の人に対して

「もったいないという気持ち」

「栄養バランスの取れた食事」



**家庭と連携した学校給食
～できることから始めよう～**

- ・食事のマナーを
身につけよう
- ・好き嫌いしないで
何でも食べよう
- ・早すぎたり遅すぎたりしないような
「食事のとり方」ができるようにし
よう



**家庭と連携した学校給食
～できることから始めよう～**

- ・他人に迷惑をかけたり、遊びながら
食べたりしないようにしましょう
- ・夏みかんなどのかたい皮をむけ
るようにしよう
- ・「朝ごはん」は
必ず食べましょう



**家庭と連携した学校給食
～できることから始めよう～**

一緒に食事をしよう

- ・会話をしながら楽しく食べる
→食べることが楽しくなる!
- ・食べ物についての会話
→食べ物についての
感心が高まる
- ・食事のマナーを身につける



**家庭と連携した学校給食
～できることから始めよう～**

一緒に買い物をしよう

食の安全性

地産地消

食材の
適量購入

食材の選択



**家庭での取り組み
～できることから始めよう～**

一緒に料理をしよう

調理技術の
伝達

自分で作れば
残さず
食べられる!

郷土料理
行事食
などの食文化



家庭での取り組み
~できることから始めよう~

一緒に育てよう

世界の食糧事情や我が国の食糧問題への関心

自然への恩恵

自分で育てればもったいない精神が育つ

家庭での取り組み
~できることから始めよう~

一緒に早寝早起き

朝ごはんを食べよう!

~できることから始めよう~

**本日はご参加いただき
ありがとうございました**

栄養士 内海 麻里

**おいしい給食を
どうぞお召し上がり下さい!**

いただきます!

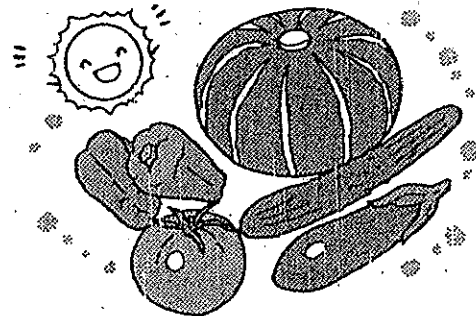
おわり

本日の献立 7月 5日(火)

料理名/食品名	一人分量(g)
【夏野菜のカレーライス】	
米	85.0
水	102.0
酒	2.0
油	1.0
にんにく(みじん)	0.4
ベーコン(短冊)	2.0
鶏もも肉(角切り)	30.0
セロリー(小口)	2.0
カレー粉	0.4
たまねぎ(角)	60.0
にんじん(厚いちょう)	20.0
鶏ガラ	10.0
水	40.0
ベーリーフ	1/50枚
トマト(ザク)	20.0
なす(半月)	15.0
さやいんげん(2センチ)	15.0
かぼちゃ(1.5センチ角)	15.0
ズッキーニ(厚いちょう)	5.0
赤ワイン	2.0
しょうが(絞り汁)	0.3
オールスパイス	適宜
フルーツチャツネ	1.0
塩	0.9
油	4.0
バター	3.0
小麦粉	8.0
中濃ソース	2.0
しょうゆ	1.0
粉チーズ	1.0
【牛乳】	
牛乳	206.0
【ピクルス】	
きゅうり(拍子木)	24.0
にんじん(拍子木)	15.0
だいこん(拍子木)	20.0
酢	3.8
ベーリーフ	適宜
三温糖	0.8
白ワイン	1.0
塩	0.6
油	2.5
こしょう	0.03

【夏野菜のカレーライスのつくり方】

- ①米に酒を入れて炊く。
- ②鶏ガラでスープをとる。
- ③油、バター、小麦粉、カレー粉でルウを作る。
- ④鶏肉は、カレー粉、セロリーに漬け込む。
- ⑤油で玉ねぎの1/3量をアメ色になるまで炒める。
- ⑥油と相性のよい、かぼちゃや、ズッキーニ、なすは油で揚げておき、味が調ったら加える。
- ⑦その他の材料を油で順に材料を炒め、やわらかくなるまで煮込み、調味料や香辛料を加える。
- ⑧カレールウ、ソース、しょうゆを入れ煮込み、⑥を加え、仕上げに粉チーズも加えて味を調える。



【ピクルスのつくり方】

- ①野菜はゆでておく。
- ②酢からこしょうまでを合わせ、加熱し①を加える。

※味付けは小学生用に作られています。家庭のお好みで材料や酢などの調味料を自由に変えてみてください。

平成28年9月15日

PTA会員の皆様

世田谷区立旭小学校

校 長 菊地 まゆみ

P T A 会 長 志村 ちあき

家庭教育学級委員長 武隈 善子

第1回 家庭教育学級 ご報告

7月5日、本校にて「給食試食会」を開催いたしました。

旭小学校の栄養士である内海 麻里先生に「学校給食について ～給食ができるまで～」というテーマでお話を伺いました。

講師:旭小学校 内海 麻里先生

参加者:世田谷区教育委員会事務局 生涯学習・地域・学校連携課 社会教育指導員 原田様

フジ産業株式会社 チーフ 渡辺様

旭小学校 寺西副校長先生

PTA会員 44名(家庭教育学級委員含む)

～ご挨拶～

寺西 副校長先生 ご挨拶

給食は安全のための取り決め工程が細かくあって、今回は給食室の細かい気の使い方、給食がどんなふうになられているのかを知って頂ければと思っています。

世田谷区教育委員会 社会教育指導員 原田様 ご挨拶

今期の家庭今日の3つのテーマのうちの1つ『子どもの心と体の健康』について給食試食会が行われました。実際、子どもが食べている給食を食し今日感じたことを是非食卓で話し合い大事にしていきたいと思えます。

～講演内容～

栄養士 内海 麻里先生「学校給食について ～給食ができるまで～」

楽興給食は、教育活動の一環として行われています。

食育の観点を踏まえ、7つの目標が定められ、実施されています。

調理の流れから給食室で行われていること、衛生管理についてお話を伺いました。

～ご挨拶～

志村ちあき PTA 会長 挨拶

普段知ることの出来ない安全、栄養について知ることができ、とても勉強になりました。

皆様も参考になったと思います。

食育の大切さ家族そろって笑顔で顔を向き合って食卓を囲むことが大切なのではと思います。

～試食～

献立 夏野菜のカレーライス・牛乳・ピクルス・あじさいゼリー

校内放送を聞きながら、班ごとにおいしく給食をいただきました。

～ご挨拶～

フジ産業株式会社 チーフ渡辺様 ご挨拶

日ごろ栄養士の先生のご協力のもと、みんな一生懸命頑張っておりますので、どうぞよろしくお願いいたします

～参加者の声(アンケートより)～

・栄養士さんや、調理師さんがこんなにも食の安全、衛生面を気遣って下さっていて本当にありがたく思っています。

・出汁やスープにもこだわり何度も野菜を洗ったり、家ではなかなかできないので見習っておいしい料理を作れるように頑張ろうと思いました。

・試食会に参加して、息子が3回おかわりしてくる理由がわかった。家庭での毎日の夕食は栄養には考慮しているが、早く作って他のことに時間を使おうとしていた為インスタント調味料に頼ってしまっていた。これからは時間があるときだけでも食材の味を充分に出せる料理を作れたらと思いました。

・想像以上の手間と配慮がされていて驚き、安心した。

・時間のかかる工程、調理が毎日行われていることがわかり感謝します。

・今日のカレーライスもスープから出汁をとってマイルド・具たくさんでおいしかったです。

・食材が無添加、国産を多く取り入れて下さり安心した。

・あじさいゼリーは季節感を感じられ視覚的にも楽しいメニューでした。

・食材コストも大事ですが、食材の産地や農産地等にもこだわり、放射能汚染や農薬・遺伝子組み換えなどにもご配慮いただきたいと思います。