



平成 29 年 5 月 22 日

世田谷区立 希望丘小学校

ランチルーム



本校の給食の形態

- 給食の形態 … 主食、牛乳、副菜による完全自校式給食
- 給食回数 … 平成29年度 192回
- 給食対象人数 … 471人（児童：422人 大人：49人）
- 調理職員 … 委託業者（一富士フードサービス）
常勤調理師・栄養士4人 非常勤調理補助3人
- 給食費 … 全て食材費として使われています

給食の内容について

- 米 … 週3～4回程度。白いごはんは、月に3～4回程度。混ぜごはん、おこわ、チャーハン、カレーライス等スタイルを変えて取り入れています。
- パン … 月に3～4回程度。原材料が明確で、不必要な添加物を一切使用していません。
- 麺 … 月に2～3回程度。使用する原材料、使用量などが明確になっており、着色料、保存料などの不必要な添加物は使用していません。
- 牛乳 … 基本的に毎日飲みます。牛乳は良質なたんぱく質、不足しがちなカルシウムを多く含み、消化吸収も良い優れた食品です。給食では1本200cc飲むと1日で必要なカルシウムの1/3を摂取することができます。
成長期の子どもは欠かすことのできない食品です。
- 無添加食品の使用 … 不必要な食品添加物が使っているものは使用していません。
ベーコン、ウィンナー、ちくわ、かまぼこ、さつま揚げ等、無添加無着色のものを使っています。
- 化学調味料 … いっさい使用していません。だしは、削り節、だし昆布などを使って本物の味が出るようにしています。スープは鶏がらを煮立ててだしをとっています。
- 手作り … ハンバーグ、コロッケ、ジャンボ餃子、春巻き、ゼリー、ケーキ等、可能な限り手作りをしています。カレーやシチューなどのルーも既成のものは使用せず、全て給食室でバター、油、小麦粉で手作りをしています。
- 味付け … 材料の持ち味をなくさないように、不必要な塩分・糖分を使わず調味をしています。

- **低農薬野菜・果物** … 野菜・果物は、低農薬のもので国産品を使用し、旬の食材を取り入れています。遺伝子組み換え食品は使用していません。
- **検収** … 給食物資納品の際には、調理師が立ち会い、食品の品質、納品時間、納品温度を検収し、記録します。
- **食品の取り扱い** … 菌の付着を落とすために、野菜・果物は流水で3回以上洗浄し、果物以外は、加熱処理します。その他の海藻・乾物なども汚れを洗い落して使用します。
- **徹底した温度管理** … 全ての出来上がり料理に対して、中心温度を測り、記録します。加熱調理した料理に対しては、中心温度が85℃以上1分間の温度であることを確認し記録します。果物や調理途中段階の冷却した野菜なども冷蔵庫で保冷します(10℃以下)。
- **保存食** … 保存食は、万が一の事故発生に備えて、朝納入された状態のものと、できあがり食品を50gずつ、-20℃以下で2週間保管し、記録しています。
- **食器洗浄** … 食器・はし・スプーン・フォーク・トレイなどは、人体に影響のない粉石けんを使用しています。
- **検食** … 児童が食べる前に、その日の給食が献立通りに作られているか、食べ物に「異味・異臭・異物」がないか、衛生的な処理がなされているか等、給食が始まる前に校長・副校長が食べて確認します。
- **検便** … 給食従事者の腸内細菌検査は、月に2回行われています。感染性胃腸炎(ノロウイルス)の疑いがある人はすみやかに検査を行い、陽性であった場合は、他の給食従事者全員もすぐに検査を行い、陰性が確認できたら職場復帰できることになっています。

安全衛生検査

- **薬剤師による検査** … 施設検査、熱風消毒保管庫の温度検査
(95℃の温度で2時間乾燥)
- **おかずの検査** … 野菜の冷却後とできあがりのおかずの検査
- **食材の検査** … 納品された食材の検査
- **食器の残留物検査** … でんぷん・脂肪・たんぱく質の残留物検査
- **水質検査** … 朝の水道水と調理に使用する最初の水の残留塩素を検査
- **放射性物質検査** … 学期に1回程度実施。内容及び検査結果は区HP参照

本日のテーマ

【 愛情ではじまる食育 】

⇒「給食」は給食に携わるたくさんの人々の愛情でできていて、
様々な食の経験ができるものです

本日の献立 (4人分)

むろあじのメンチカツ



八丈島で獲れたムロアジを使用した地産地消メニュー
お肉を使わず100%お魚でできたメンチカツです。
あじにはカルシウム、カリウムが比較的に多く、
血中コレステロール値を下げるタウリンが豊富です。

(材料)

あじミンチ 160g
鶏卵 20g
パン粉 20g
トマトケチャップ 小さじ5
にんにく 2g
しょうが 2g
牛乳 小さじ2

小麦粉 小さじ4
鶏卵 15g
水 小さじ2
パン粉 40g
油 適量

中濃ソース お好みで

(作り方)

〔たまねぎ
油

140g
4g

- ① たまねぎは油で炒め、荒熱をとる。
- ② あじミンチ～たまねぎまでを合わせ小判型にする。
- ③ 鶏卵と水をあわせる。
- ④ ②に小麦粉・③・パン粉の順につけ、油で揚げる。

野菜のカレードレッシング

カレー粉には様々なスパイスが含まれていて、
食欲の増進、体の代謝アップしてくれたり、疲労回復の効果も
期待できる、暑くなってきたこの時期におすすめの調味料です。

(材料)

キャベツ 40g
もやし 120g
にんじん 20g

(作り方)

油 小さじ1
酢 小さじ1
塩 少々
砂糖 少々
こしょう 少々
カレー粉 小さじ1/4

- ① キャベツは食べやすい大きさに、
にんじんはせん切りする。
- ② キャベツ、もやし、にんじんはゆでて冷水する。
- ③ []の材料を混ぜ合わせる。
- ④ ②に③をかけてよく和える。



船橋希望学舎

希望丘小学校 PTA

～心のびのび和やかに～

平成 29 年 6 月 9 日

会 長 穴 原 京 子

家庭教育学級委員会

委員長 黒川 篤子

第 1 回家庭教育学級「給食試食会」のご報告 ～愛情で始まる食育～

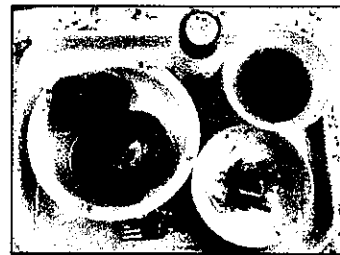
吹く風が肌に心地よいこの頃ですね。みなさまお変わりございませんか。

5月22日(月)ランチルームにて給食試食会を行いました。当日は、委員を含め40名の参加があり、子どもたちが普段食べている給食を味わっていただき、給食に関する安全面や調理の工夫等のお話に耳を傾け、とても有意義な会となりました。

栄養士の坂口先生、調理師の穴戸さんを始め、多くの方々にご協力をいただきました。お忙しい中、ありがとうございました。委員一同深く感謝いたします。

★当日の献立★

ミルクパン
むろあじのメンチカツ
野菜のカレードレッシング
コンソメスープ
牛乳



<副校長先生のお話>

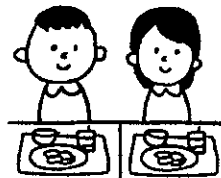
- 法律に基づき毎日全校生徒・教職員が食べる前に”検食”を行って安全・安心を確認しています。
- 自校式給食はとても美味しく、子ども達が日頃食べている給食を楽しんで召しあがってください。

<教育委員会事務局 社会教育指導員 土橋様のお話>

- 食品にはプラス面とマイナス面があり、それを知った上で取り入れる事が大切である。
- 希望中学校在任中の給食献立の思い出話を伺いました。

<栄養士 坂口先生のお話>

- 給食は安全管理マニュアルに基づき、安全・安心な給食を作っています。
- 希望丘小学校では、毎日471食を7名で作っています。
- 最近の給食のパンは、とても口当たりがよく美味しく作られています。形もコッペパン、スナイク型、うすまき型など、様々です。
- スープには化学調味料は使わず、素材の味で提供しています
- 春巻き、餃子、ハンバーグなど471個一つ一つ手作りで作っています。
- 献立など、お子様と給食を通してコミュニケーションをとっていただきたいと思います。



<調理師 穴戸さんのお話>

- 日々大切にしている事は、食の安全です。事故や食中毒などがないよう、注意しています。
- パンやメンチカツなどは低学年、高学年で大きさを変えて作っています。
- これからもおいしい給食を提供できるように頑張っていきます。

《参加者の感想》

- むろあじのメンチカツは、魚の苦手な子にも食べやすいように工夫されていて良いと思います。美味しかったです。化学調味料を一切使わず手作りしている点が素晴らしいと思います。給食に携わるたくさんの方々の思いを知って、子ども達も感謝の気持ちで食べてくれたらと思います。
- 入学したばかりで子どもが給食でどんな物を食べているのか気になっていたの、参加できてよかったです。
- メンチカツもスープも薄味で体にも優しいと思います。アジといえば骨を嫌がるお子さんが多い中、優しいメニューでした。化学調味料が無添加なのはありがたいです。
- 見た目よりボリュームがあり、美味しくお腹一杯頂きました。味付けも家庭料理の参考になり、勉強になりました。調理時の工夫や努力を知る事ができ、とても安心しました。

- 家でむろあじをこのように手間をかけて食べる事はないので、美味しく手間がかかった給食を毎日食べている子どもたちは幸せだなと思いました。
- パンがとても美味しく、ボリュームがありました。
- 参加された方たちと、子どもの好き嫌いの話ができよい交流の時間になりました。等

その他にも、多くの貴重なご意見、ご感想をいただいております。たくさんのご参加、本当にありがとうございました。

個人情報保護法に基づき、今回提出いただいた参加申込書は責任をもって破棄処分させていただきました。沢山のご応募ありがとうございました。

★当日の献立のレシピ（坂口先生に当日ご用意いただいた資料より抜粋）★

むろあじのメンチカツ 4人分

八丈島で獲れたムロアジを使用した地産地消メニュー

お肉を使わず100%お魚でできたメンチカツです。あじにはカルシウム、カリウムが比較的に多く、血中コレステロール値を下げるタウリンが豊富です。

(材料)

あじミンチ	160g
鶏卵	20g
パン粉	20g
トマトケチャップ	小さじ5
にんにく	2g
しょうが	2g
牛乳	小さじ2
たまねぎ	140g
油	4g

小麦粉	小さじ4
鶏卵	15g
水	小さじ2
パン粉	40g
油	適量
中濃ソース	お好みで

(作り方)

- ① たまねぎは油で炒め、粗熱をとる。
- ② あじミンチ～たまねぎまでを合わせ小判型にする。
- ③ 鶏卵と水をあわせる。
- ④ ②に小麦粉・③・パン粉の順につけ、油で揚げる。

野菜のカレードレッシング 4人分

カレー粉には様々なスパイスが含まれていて、食欲の増進、体の代謝アップしてくれたり、疲労回復の効果も期待できる、暑くなってきたこの時期におすすめの調味料です。

(材料)

キャベツ	40g
もやし	120g
にんじん	20g
トマトケチャップ	小さじ5

油	小さじ1
酢	小さじ1
塩	少々
砂糖	少々
こしょう	少々
カレー粉	小さじ1/4

(作り方)

- ① キャベツは食べやすい大きさに、にんじんはせん切りする。
- ② キャベツ、もやし、にんじんはゆでて冷水する。
- ③ []の材料を混ぜ合わせる。
- ④ ②に③をかけてよく和える。