

平成30年度 給食試食会

平成30年6月12日(火)
世田谷区立尾山台小学校

給食管理の特徴

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。
- 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。
- 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。
- ④食生活が自然の恩恵の上に成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。
- 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。
- 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。

「学校給食法」より



尾山台小学校の食育推進重点目標

- ・ 望ましい食習慣を身につける。
- ・ 食事に関心をもち、バランスのとれた食生活と健康との関わりを理解する。
- ・ 自然の恵みや、作る人たちへの感謝の気持ちを持つことができる。

☆毎日の給食配膳の際に、各クラスへ「給食メモ」を配布しています。栄養バランスや食事のマナー、食材の話などをお知らせしています。



学校給食摂取基準に基づく栄養管理

本校の給食は、文部科学省の学校給食摂取基準を満たす栄養所要量、食品構成になるよう努め作成しています。学校給食は1日に必要な栄養素の1/3を満たす目標になっていますが、不足しがちなカルシウム、ビタミン類は1日の1/2を摂取できるようになっています。

区 分	栄 養 量		
	低学年 (6～7歳)	中学年 (8～9歳)	高学年 (10～11歳)
エネルギー (Kcal)	530	640	750
たんぱく質 (g)	16～26	18～32	22～38
脂 肪 (g)	学校給食による摂取エネルギー全体の25～30%		
ナトリウム (食塩相当量) (g)	2未満	2.5未満	2.5未満
カルシウム (mg)	300	350	400
鉄 (mg)	2	3	4
マグネシウム (mg)	70	80	110
亜 鉛 (mg)	2	2	3
ビタミンA (μgRE)	150	170	200
ビタミンB1 (mg)	0.3	0.4	0.5
ビタミンB2 (mg)	0.4	0.4	0.5
ビタミンC (mg)	20	20	26
食物繊維 (g)	4	5	6

給食費

学校給食は基本的に週5回です。年間の回数を平均し、月17回分の給食費を徴収させていただいています。

給食費は、食材費・消費税として使用させていただいています。人件費・光熱費等は含まれていません。

自校調理方式、調理業務民間委託

本校では、学校に給食室を設置し、調理した給食を本校児童に提供する自校調理方式で給食提供を行っております。適温で提供できる等のメリットがあります。

本校の民間委託業者は「HITOWAフードサービス(株)」です。調理業務、洗浄業務等を担当しています。

現在は、調理師4人・パート従業員4人で毎日の作業を行っております。

献立作成のポイント

1. 所要栄養量、食品構成、1食単価、施設設備などを考慮に入れ、学校の実状に合わせて作成します。
2. 季節にあった旬の野菜、魚、果物を献立に取り入れています。
3. 行事食（校内行事・季節の行事）を取り入れています。
4. おいしく喜んで食べられるよう、既製品、加工品はできるだけ使用せずに、基本手作りを心がけています。
5. 塩分はできるだけ控え、食材本来の味を味わえるように工夫しています。
6. 安全で安心できる食材を使用しています。肉、野菜、果物は国産の低農薬のものや添加物の少ないものを使用するようにしています。
7. 遺伝子組み換え食品は使用せず、生鮮食品以外の食品は、製造、期限、内容表示が明確なものを使用しています。
8. 食器の数を考え献立を作成。

*使用している食器はメラミン食器です。

(皿、小皿、椀、はし、スプーン、フォーク)

調理のポイント

1. 化学調味料などのインスタント調味料は使用していません。鶏ガラでスープ、けずり節や昆布でだしをとります。
2. コロッケ、ハンバーグやぎょうざ、ゼリー、ケーキ類など手作りしています。
3. カレーやシチューなどのルーも、油、バター、小麦粉等から給食室で作ります。



HACCPの概念に基づく安全・衛生の管理

HACCP (ハサップシステム)とは、食品の仕入れ、洗浄、調理、保存、温度管理、調理時間など、食品すべての取り扱い過程における安全性を確保する一連の手順を体系化し示したものです。

- ・ 食材は、東京都の指定業者、区や学校で契約した業者により購入。
- ・ 肉、魚、野菜、果物など用途に応じて、何種類ものエプロン・器具を使用し、エプロン・器具を使い分ける。
- ・ 調理で加熱、冷却した食品は、中心温度計を使って食材の温度を測定し、その都度、温度管理を徹底する。
- ・ 保存食は原材料及び調理済み食品を食品ごとに取り、2週間以上保存し、食中毒などの発生時には原因を明らかにする材料として使用。
- ・ その他、給食実施の記録、調理器具の点検表などを毎日帳票類に記録し、保健所、教育委員会、学校薬剤師による給食室内の衛生管理の実施、調理従事者の健康診断、細菌検査を定期的に行う。

給食ができあがるまで

《調理作業の流れ》

検収（食材の検収・適温での保存）



下処理・下調理

(水洗い・皮むき・食材カット・下茹で)



主調理

(煮る・焼く・揚げる・和える・味付け)



※ 温度確認!!

(75℃で1分以上、2枚貝は85~90℃で90秒以上)



配食

(食缶・バット類に盛り付け)



配膳 (配膳台にセット)



給食完成 (各クラスへ給食が運ばれる)



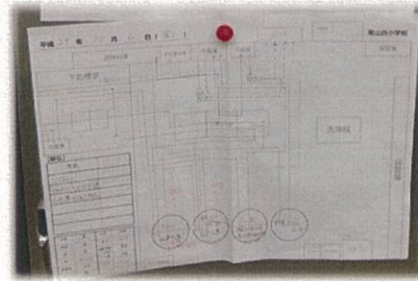
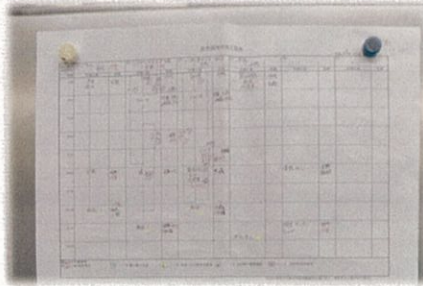
教室での配膳



その他

《給食室で行われていること》

作業工程表・作業動線図の作成



作業ごとの衛生管理



手作り調理



保存食



アレルギー対応



給食室の調理器具

球根皮剥機 (ピーラー)



ガス回転釜



ガス自動炊飯器



スチームコンベクションオーブン



食器洗浄機



ご家庭でもぜひ大切にして
ほしいこと

一緒に食事をする！

子どもたちにとっての食事の目的2つ

- ①成長のためにしっかりと栄養を摂ること
- ②食事をするのが楽しい!!と思えること

食事が楽しいと思えるだけで、苦手なものに挑戦してみようと思えたり、感謝の気持ちをもって残さず食べようと思えたり、食に関心を持つことができます。忙しい日々のなかでも、家族で食卓を囲む時間を大切にしていっていただけたらうれしいです。

ご清聴ありがとうございました



保護者各位

平成30年6月28日

～文化厚生通信～

《今年度のテーマ；
元気があれば何でもできる！健やか計画☆2018》

世田谷区立尾山台小学校
校長 渡部 理枝
P T A 会長 高野 雄太
文化厚生委員長 近藤 紀子

第一回 家庭教育学級ご報告

6月12日に、第一回家庭教育学級として給食試食会を開催致しました。

世田谷区教育委員会社会教育指導員の藤本仁先生をはじめ、副校長先生、40名近い保護者の皆様にご参加いただきました。

今回は尾山台小学校の栄養士 伊与田優菜先生にお話していただき、主任調理師の千代さんにもご挨拶をしていただきました。

～伊与田先生のお話より抜粋～

所要栄養量の数値を基準に献立をたてています。

食材は、なるべく国産、低農薬、添加物の少ないものを使用し、遺伝子組み換え食品は使いません。化学調味料などのインスタント調味料は使用せず、塩分を控えて旨味が出るように、鶏がらでスープ、削り節や昆布で出汁をとります。コロッケ、ハンバーグ、ギョーザ、ゼリー、ケーキ類、またカレーやシチューなどのルーも給食室で手作りしています。

旬のもの、行事食も取り入れ、食器の数も考えて作っています。

調理業務は平成19年度より民間委託されました。4人の調理師と4人のパート従業員の8名で、ハサップ（HACCP）システムを用いて、衛生・安全に細心の注意を払って行っています。例えば、加熱する野菜でも流水で3回洗い、でき上がったものは温度の確認をします。調理の工程によって、担当ごとの動線を決め、エプロンの色を変えることもしています。

毎食少しずつ冷凍保存（2週間）しておき、何か事故があったときにたどれるようにしています。

～質疑応答～

Q. 人気のあるメニューは何ですか？

A. ジャンボあげギョーザが人気があります。意外なところでは、ゆで野菜やフレンチサラダなどがありますが、やはり一番はカレーです。

Q. ふだんの食事で楽しくしようとすると時間がかかってしまいますが、コツはありますか？

A. 給食でも、そこが難点です。「もぐもぐタイム」をしているクラスもあります。

口に入っている時はしゃべらない、時間を考えて食べるなど工夫しながらも、「一緒に食べるのが楽しい」という時間にしてほしいです。

Q. 三角食べを指導していますか？ 娘が野菜→肉→炭水化物の順で食べるのですが？

A. 「ばっかり食べ」をしないように伝えています。バランスを考えて作っているものなので、合わせて食べるように指導しています。



【試食会のメニュー】

- ☆梅わかごはん
- ☆魚の照り焼き
- ☆小松菜の乾物和え
- ☆あじさいゼリー
- ☆牛乳



給食室の特殊な機械のご紹介も含め、給食が安心・安全にそしておいしくなるよう様々な配慮がなされていることを知ることができ、とても貴重な時間になりました。

皆様ご協力ありがとうございました。

～アンケートより抜粋～

☆調理過程について細心の注意を払っていただいていること、安全の為に作業がとてつもなくあること、あたりまえだと思っていた「給食」を見直すきっかけになりました。

☆給食が娘の学校生活の大きな楽しみのひとつとなっています。味付けも丁度よく、おいしかったです。

☆たくさんの量をすべて手作りで、本当にありがたいです。食べ物、作ってくださった方に感謝して頂かせてもらいます。

☆どうしたら食に興味をもってくれるかが課題でした。お話を聞いて、できるだけ一緒に食べてあげられるよう、これからもがんばっていきたくと思いました。

保護者各位

平成30年6月28日

～文化厚生通信～

《今年度のテーマ；
元気があれば何でもできる！健やか計画☆2018》

世田谷区立尾山台小学校
校長 渡部 理枝
P T A 会長 高野 雄太
文化厚生委員長 近藤 紀子

第一回 家庭教育学級ご報告

6月12日に、第一回家庭教育学級として給食試食会を開催致しました。

世田谷区教育委員会社会教育指導員の藤本仁先生をはじめ、副校長先生、40名近い保護者の皆様にご参加いただきました。

今回は尾山台小学校の栄養士 伊与田優菜先生にお話していただき、主任調理師のご挨拶をしていただきました。

～伊与田先生のお話より抜粋～

所要栄養量の数値を基準に献立をたてています。

食材は、なるべく国産、低農薬、添加物の少ないものを使用し、遺伝子組み換え食品は使いません。化学調味料などのインスタント調味料は使用せず、塩分を控えて旨味が出るように、鶏がらでスープ、削り節や昆布で出汁をとります。コロッケ、ハンバーグ、ギョーザ、ゼリー、ケーキ類、またカレーやシチューなどのルーも給食室で手作りしています。

旬のもの、行事食も取り入れ、食器の数も考えて作っています。

調理業務は平成19年度より民間委託されました。4人の調理師と4人のパート従業員の8名で、ハサップ（HACCP）システムを用いて、衛生・安全に細心の注意を払って行っています。例えば、加熱する野菜でも流水で3回洗い、でき上がったものは温度の確認をします。調理の工程によって、担当ごとの動線を決め、エプロンの色を変えることもしています。

毎食少しずつ冷凍保存（2週間）しておき、何か事故があったときにたどれるようにしています。

～質疑応答～

Q. 人気のあるメニューは何ですか？

A. ジャンボあげギョーザが人気があります。意外なところでは、ゆで野菜やフレンチサラダなどがありますが、やはり一番はカレーです。

Q. ふだんの食事楽しくしようとすると時間がかかってしまいますが、コツはありますか？

A. 給食でも、そこが難点です。「もぐもぐタイム」をしているクラスもあります。

口に入っている時はしゃべらない、時間を考えて食べるなど工夫しながらも、「一緒に食べるのが楽しい」という時間にしてほしいです。

Q. 三角食べを指導していますか？ 娘が野菜→肉→炭水化物の順で食べるのですが？

A. 「ばっかり食べ」をしないように伝えています。バランスを考えて作っているものなので、合わせて食べるように指導しています。



【試食会のメニュー】

- ☆梅わかごはん
- ☆魚の照り焼き
- ☆小松菜の乾物和え
- ☆あじさいゼリー
- ☆牛乳



給食室の特殊な機械のご紹介も含め、給食が安心・安全にそしておいしくなるよう様々な配慮がなされていることを知ることができ、とても貴重な時間になりました。

皆様ご協力ありがとうございました。

～アンケートより抜粋～

☆調理過程について細心の注意を払っていただいていること、安全の為に作業がとてつもなくあること、あたりまえだと思っていた「給食」を見直すきっかけになりました。

☆給食が娘の学校生活の大きな楽しみのひとつとなっています。味付けも丁度よく、おいしかったです。

☆たくさんの量をすべて手作りで、本当にありがたいです。食べ物、作ってくださった方に感謝して頂かせてもらいます。

☆どうしたら食に興味をもってくれるかが課題でした。お話を聞いて、できるだけ一緒に食べてあげられるよう、これからもがんばっていきたくと思いました。