

給食試食会

本日の献立

米粉パン

ホキのバーベキューソース

こく旨ポテト

ABC スープ

牛乳



平成30年6月7日（木）


世田谷区立駒沢小学校



駒沢小学校の 給食について



◎給食費



平成30年度は188回実施予定です。
今年度より公会計化に伴い、これまで各学校が行っていた学校給食費の徴収管理や債務管理等の業務を教育委員会が一括して行うことになりました。

	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。

◎調理業務

自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、株式会社サンユーに委託されています。
4人の調理員と4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455名(14学級)
教職員数 約55名
合計 約510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	食塩相当量 2.5g未満 (1100mg)

ビタミン							
	A	B1	B2	C	食物繊維	マグネシウム	亜鉛
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、献
立を作成し、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。(平均18品目程度)

・不足しがちな、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。

7

(2) 手作りの給食



・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をして使用しています。

・ゼリーやケーキ、ハンバーグ、コロッケ、カレールウやドレッシングなど、給食室で手作りしています。

・ほとんどの野菜や果物は、機械を使わずに、手切りにしています。

8

(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。

9

(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。

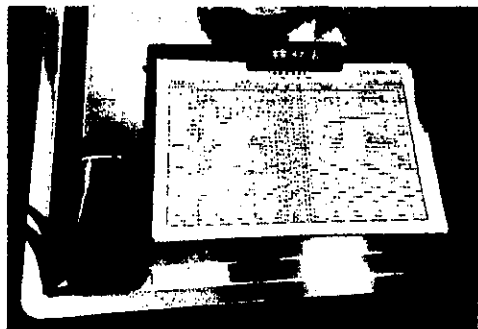
・野菜やくだもの、肉類、卵は国産のものを使用しています。



10

給食ができるまでの、一日の流れ

★朝の検収作業・温度計測と記録★



11

給食物資の納品

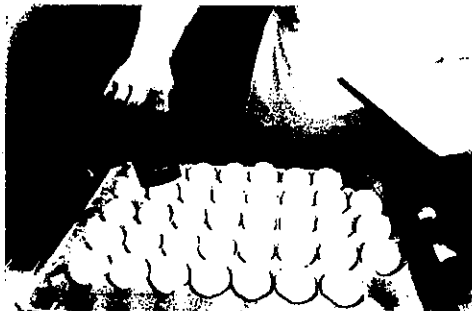
★
検収作業
★



12

給食物資の納品

★
検収作業
★



13

朝の打ち合わせ（朝礼）

★
朝礼
★



14

水からとる鶏ガラスープ



15

◎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

16

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。

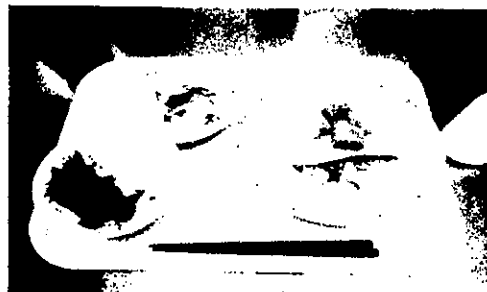
・ 石けんによる徹底した手洗い
とアルコールによる手指の消毒。



・ 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。

17

給食のできあがり



●盛り付け・確認

18

カミカミ

保存食の採取・2週間の冷凍保存

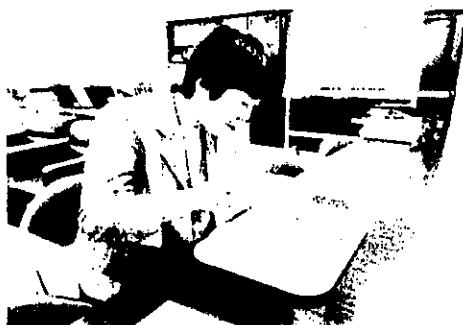
★原材料及び出来上がりの品の採取★



19

児童が給食を食べる前の確認

★
検食
★



20

給食時間

★教室での配膳の様子★



21

給食時間

★教室での配膳の様子★



22

駒沢小学校の給食時間

12:20 12:35 12:55 13:05



23

◎「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
- お誕生日給食
- リクエスト給食
- セレクト給食
- お別れ会食
- ふれあい給食 など…



24

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卓』

25

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



26

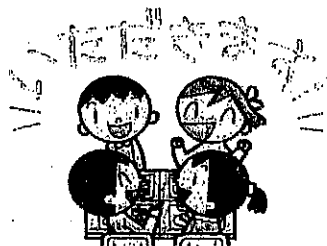
本日の献立

- ・米粉パン
- ・牛乳
- ・ホキのバーベキューソース
- ・こく旨ポテト
- ・ABCスープ



27

どうぞお召し上がり下さい!



28

本日の献立 6月7日(木)

料理名/食品名	一人分量(g)
【米粉パン】	
米粉パン 60g	1個
【ホキのバーベキューソース】	
ホキ(1切れ)	60g
塩	0.2
こしょう	0.02
でん粉	9.0
小麦粉	4.5
油	60g
酒	1.0
みりん	1.0
りんご	7.0
しょうゆ	3.0
酢	1.5
三温糖	0.8
一味唐辛子	少々
レモン(汁)	0.6
【こく旨ポテト】	
じゃがいも(さいのめ大)	65.0
とうもろこし	5.0
塩	0.3
こしょう	少々
バター	0.9
【ABCスープ】	
水	140.0
鶏ガラ	8.0
ベーリーフ(数枚)	0.0
豚肩肉(薄切り)	8.50
にんじん(いちょう)	9.50
たまねぎ(スライス)	19.0
キャベツ(色紙切り)	23.0
もやし	15.0
セロリー(斜め小口)	0.7
アルファベットマカロニ	8.0
酒	0.7
塩	1.0
こしょう	少々
こまつな(3センチ幅)	10.00

【ホキのバーベキューソース】

- ①ホキは塩、こしょうで下味をつける。
 - ②①に、でんぷん、小麦粉をつけて油で揚げる。
※170℃ 5～6分くらい
 - ③酒から三温糖までをよく混ぜ合わせ、加熱し味が調ったら一味唐辛子とレモン汁を加える。
 - ④②に③をかける。
- ※一味唐辛子やレモン汁は季節や好みで加減してください。

【こく旨ポテト】

- ①じゃがいもは茹でるか蒸す。
- ②とうもろこしをフライパンなどで加熱し①とあわせ塩、こしょう、バターを入れ味を調える。
※好みによって、最後に少量のしょうゆを入れてもよい。

【ABCスープ】

- ①鶏ガラでスープをとる。家庭では鶏ガラスープの素でもよい。
- ②鶏ガラスープで材料を煮る。
- ③マカロニを入れて調味する。
- ④最後に小松菜をいれる。

※マカロニはシェルでもリボンでもお好みのものでよいです。