

世田谷区立学校給食太子堂調理場の案内



現在の調理場（写真手前が玄関、左奥に給食配送車の車庫、右奥に調理場の門があります。）

世田谷区教育委員会

〒154-0004

世田谷区太子堂1丁目3番46号

TEL3410-2753/FAX3424-4007

（平成30年4月）

1. はじめに

当調理場は、学校給食法（昭和29年、法160号）に基づき、義務教育諸学校において、その児童・生徒に対し実施される学校給食の調理等の業務を効率的に処理するために、区の設置条例により昭和49年に開設されました。

区立中学校の給食は、自校調理方式、共同調理方式（センター方式）及び親子調理方式の3方式により運営されています。当調理場は、共同調理方式（センター方式）により、区内7校の中学校に給食を調理し、配送しています。

※ 現在は、調理室改築中の小学校1校にも給食を調理し、配送しています。

2. 学校給食の目的

学校給食は、栄養のバランスのとれた多様な食事を提供することにより、生徒の体力向上や健康の維持増進を図るとともに、生徒が生涯にわたって健康に過ごすことができるよう、食習慣や食生活の知識を身に付けることを目的としています。

その目標は次のとおりです。（学校給食法第2条）

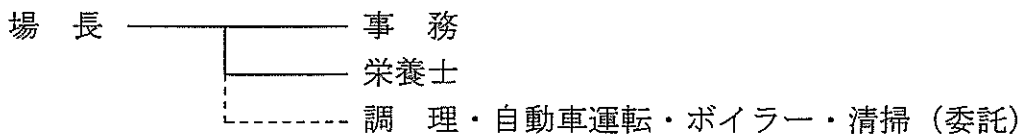
- (1) 適切な栄養の摂取による健康の保持増進を図ること。
- (2) 日常生活における食事について正しい理解を深め、健全な食生活を営むことができる判断力を培い、及び望ましい食習慣を養うこと。
- (3) 学校生活を豊かにし、明るい社交性及び協同の精神を養うこと。
- (4) 食生活が自然の恩恵の上に成り立つものであることについての理解を深め、生命及び自然を尊重する精神並びに環境の保全に寄与する態度を養うこと。
- (5) 食生活が食にかかわる人々の様々な活動に支えられていることについての理解を深め、勤労を重んずる態度を養うこと。
- (6) 我が国や各地域の優れた伝統的な食文化についての理解を深めること。
- (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。

3. 施設の概要

- | | |
|----------|--|
| (1) 敷地 | 2983.50㎡ |
| (2) 建物 | 2208.64㎡（附帯施設を含む、延面積）
鉄筋コンクリート造、地下1階、地上3階 |
| (3) 主な設備 | ボイラー2基（熱源 都市ガス）
汚水処理設備 |
| (4) 調理設備 | 連続炊飯機、連続揚げ物機、焼物機、蒸し物機
真空冷却機、フードスライサー、蒸気釜、ガス釜
熱風消毒保管庫、食器食缶洗浄機 |

4. 組織

世田谷区教育委員会事務局 学校健康推進課の下に、次のような組織となっています



5. 運 営

調理場の給食調理を適正に運営するため、次の審議会・委員会が設置されています。

(1) 運営審議会

調理場の運営を適正かつ円滑に行うための基本事項を審議します。校長代表、PTA代表、給食主任代表、医師会代表、学識経験者などにより構成されています。必要に応じて年に数回開催されます。

(2) 献立作成委員会

献立は栄養職員が献立原案（月単位）を作成し、校長、給食主任、PTA代表及び調理場職員で構成する献立作成委員会の審議を経て決定されます。

献立作成にあたっては、東京都教育委員会が策定した「東京都学校給食栄養摂取の標準」に基づき、生徒の嗜好もできる限り取り入れ、手作り給食となるように、配慮しています。

(3) 物資購入委員会

食材料の購入にあたっては、校長、給食主任、PTA代表及び調理場職員で構成する物資購入委員会で質・味・価格などを審議し、安価で良質な物資を決定し、予め区に登録されている指定納入業者から物資を購入しています。

6. 栄養指導

栄養職員が学校給食の栄養等に関する専門的事項を司るとともに、「試食会」「調理場見学会」の受入れなどにより、家庭との連携を深めています。

7. 給食数・調理食数

給食費は食材料費を保護者負担とし、一食あたり313円（中学校）です。人件費・光熱水費・厨房機器等にかかる費用は公費負担となっています。

当調理場では、一日あたり最大約3,200食を調理しています。また、給食日数は月曜から金曜までで一週間に5日（年間200日弱）、給食を提供しています。

8. 衛生管理

施設、設備について定期的に清掃するとともに、安全で環境負荷の低い方法での害虫の駆除、発生予防にあたっています。また、調理場に勤務する職員については全員、定期的に健康診断や細菌検査を実施しています。

食材料についても定期あるいは臨時に衛生検査機関による検査、保健所の検査、その他自主検査などを実施しており、衛生には万全を期しています。

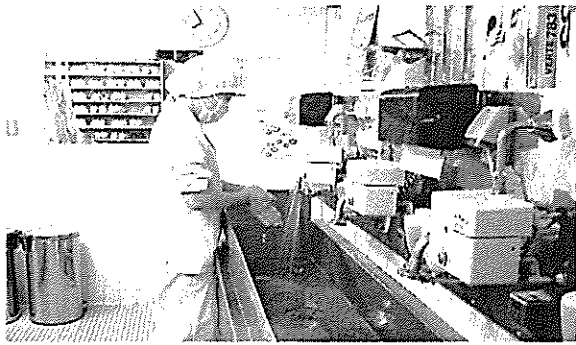
9. 職業体験の受け入れ等

中学生を対象として、職業体験の受け入れ等を積極的に行っています。

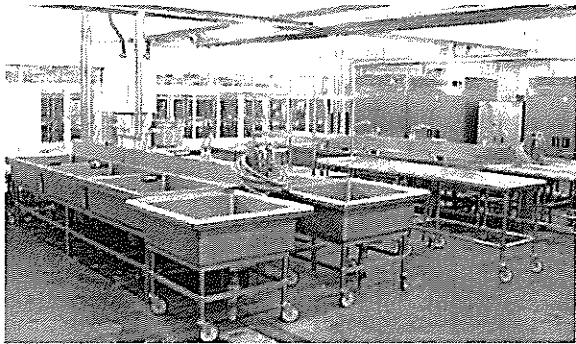
10. 配 送

現在は、8台の配送車により小・中学校8校の受入校に、給食の配送と喫食前後の食器・食缶の配送・回収を行っています。

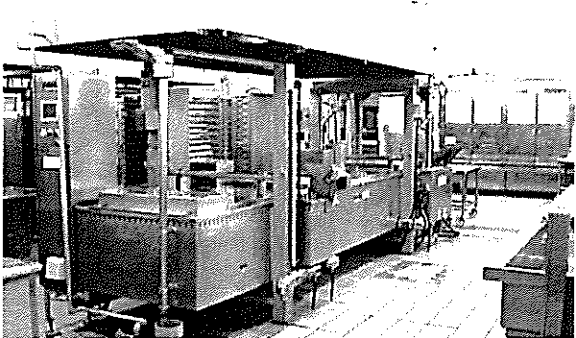
調理場施設紹介



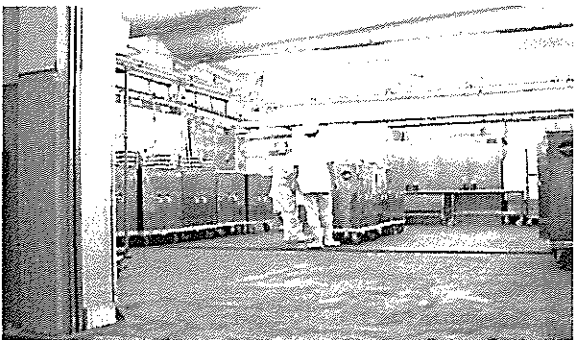
手洗室：作業の前に白衣、帽子、マスク、調理靴を着用し、爪の中まで洗い、消毒します。



下処理室：野菜、肉、魚などの下処理を行います。



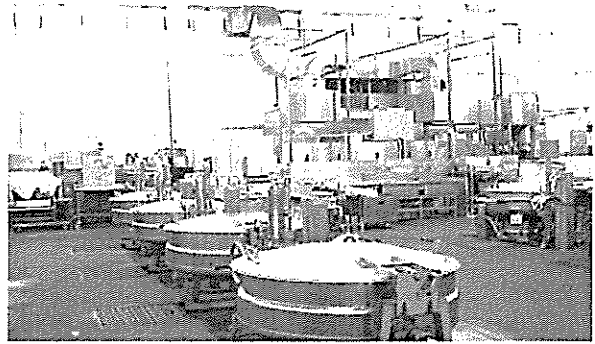
調理室：手前が連続揚げ物機、3段階に温度調節ができます。奥が食缶等の保管庫です。



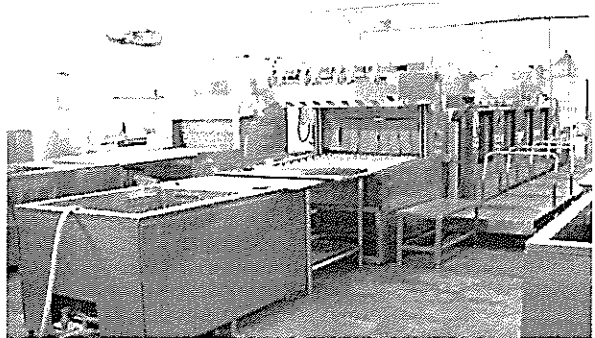
コンテナ室：コンテナを配送車に積み込み中。壁際には熱風消毒保管庫が並んでいます。食器等を蒸気の熱で90度・1時間殺菌します。



食材の検収室：朝の納品時に色、匂い、温度、産地を確認します。奥が野菜、手前が肉・魚です。



調理室：手前が回転釜、奥が連続炊飯機で一日約2,200食以内を目処にお米を炊いています。



洗浄室：食器・食缶洗浄機。手前で残菜を分別し、容器を水洗いした後、洗浄します。



配送車：食器の届け、給食の配送、食器の回収と毎日受入校との間を3往復しています。

学校名: 駒留中学校

調理場名: 世田谷区立学校給食太子堂調理場

人数: 269人 (内、教職員: 19)			1人当たりの平均摂取栄養量														
料理名	使用材料名	摂取量 g	エネルギー kcal	たんぱく質 g	脂質 g	カルシウム mg	マグネシウム mg	鉄 mg	亜鉛 mg	ビタミン				コレステロール mg	食物繊維 g	食塩相当量 g	
										A μg	B1 mg	B2 mg	C mg				
昼主	スパゲッティなす入りミートソース																
	スパゲティ	80.00	303	9.8	1.5	14	44	1.1	1.2	1	0.11	0.04	0	0	2.2	0.0	
	食塩	0.00	0	0.0	0.0	0	0	0.0	0.0	0	0.00	0.00	0	0	0.0	0.0	
	ひまわり油	0.50	5	0.0	0.5	0	0	0.0	0.0	0	0.00	0.00	0	0	0.0	0.0	
	オリーブ油	2.00	18	0.0	2.0	0	0	0.0	0.0	0	0.00	0.00	0	0	0.0	0.0	
	ひまわり油	1.00	9	0.0	1.0	0	0	0.0	0.0	0	0.00	0.00	0	0	0.0	0.0	
	にんにく	1.00	1	0.1	0.0	0	0	0.0	0.0	0	0.00	0.00	0	0	0.1	0.0	
	ベーコン	2.00	8	0.3	0.8	0	0	0.0	0.0	0	0.01	0.00	0	1	0.0	0.0	
	たまねぎ	88.00	33	0.9	0.1	18	8	0.2	0.2	0	0.02	0.01	4	1	1.4	0.0	
	豚ひき肉	60.00	142	10.6	10.3	4	12	0.6	1.7	4	0.29	0.10	0	44	0.0	0.1	
	赤ワイン	2.00	1	0.0	0.0	0	0	0.0	0.0	0	0.00	0.00	0	0	0.0	0.0	
	にんじん	35.00	14	0.2	0.1	10	4	0.1	0.1	202	0.02	0.02	1	0	1.0	0.0	
	セロリー	5.00	1	0.0	0.0	2	0	0.0	0.0	0	0.00	0.00	0	0	0.1	0.0	
	ピーマン	5.00	1	0.0	0.0	1	1	0.0	0.0	1	0.00	0.00	2	0	0.1	0.0	
	マッシュルーム 水煮缶詰	16.50	2	0.6	0.0	1	1	0.1	0.2	0	0.00	0.03	0	0	0.5	0.1	
	食塩	0.60	0	0.0	0.0	0	0	0.0	0.0	0	0.00	0.00	0	0	0.0	0.6	
	白こしょう	0.05	0	0.0	0.0	0	0	0.0	0.0	0	0.00	0.00	0	0	0.0	0.0	
	トマトケチャップ	14.50	17	0.2	0.0	2	3	0.1	0.0	6	0.01	0.00	1	0	0.3	0.5	
	トマトピューレー	11.00	5	0.2	0.0	2	3	0.1	0.0	5	0.01	0.01	1	0	0.2	0.0	
	トマトペースト	8.00	7	0.3	0.0	4	5	0.1	0.0	5	0.01	0.01	1	0	0.4	0.0	
	濃厚ソース	8.00	11	0.1	0.0	5	2	0.1	0.0	1	0.00	0.00	0	0	0.1	0.4	
	オレガノ	0.05	0	0.0	0.0	0	0	0.0	0.0	0	0.00	0.00	0	0	0.0	0.0	
	なす	22.00	5	0.2	0.0	4	4	0.1	0.0	1	0.01	0.01	0	0	0.5	0.0	
	米油	2.00	18	0.0	2.0	0	0	0.0	0.0	0	0.00	0.00	0	0	0.0	0.0	
	シュレッドチーズ	2.20	8	0.6	0.6	15	1	0.0	0.1	5	0.00	0.01	0	2	0.0	0.0	
	(小計)	366.40	609	24.1	18.9	82	88	2.6	3.5	231	0.49	0.24	10	48	6.9	1.7	
昼飲	飲用牛乳																
	飲用牛乳	206.00	138	6.8	7.8	227	21	0.0	0.8	78	0.08	0.31	2	25	0.0	0.2	
昼副	ビーンズサラダ																
	ひよこまめ	5.00	19	1.0	0.3	5	7	0.1	0.2	0	0.01	0.01	0	0	0.8	0.0	
	いんげんまめ	5.00	17	1.0	0.1	7	8	0.3	0.1	0	0.02	0.01	0	0	1.0	0.0	
	きゅうり	10.00	1	0.1	0.0	3	2	0.0	0.0	2	0.00	0.00	1	0	0.1	0.0	
	キャベツ	30.00	7	0.4	0.1	13	4	0.1	0.1	1	0.01	0.01	6	0	0.5	0.0	
	ツナ缶詰	10.00	29	1.9	2.4	0	3	0.2	0.0	0	0.00	0.01	0	4	0.0	0.1	
	レモン 果汁	0.50	0	0.0	0.0	0	0	0.0	0.0	0	0.00	0.00	0	0	0.0	0.0	
	たまねぎ	6.00	2	0.1	0.0	1	1	0.0	0.0	0	0.00	0.00	0	0	0.1	0.0	
	オリーブ油	3.00	28	0.0	3.0	0	0	0.0	0.0	0	0.00	0.00	0	0	0.0	0.0	
	りんご酢	2.50	1	0.0	0.0	0	0	0.0	0.0	0	0.00	0.00	0	0	0.0	0.0	
	濃口しょうゆ	0.50	0	0.0	0.0	0	0	0.0	0.0	0	0.00	0.00	0	0	0.0	0.1	
	三温糖	0.50	2	0.0	0.0	0	0	0.0	0.0	0	0.00	0.00	0	0	0.0	0.0	
	白こしょう	0.02	0	0.0	0.0	0	0	0.0	0.0	0	0.00	0.00	0	0	0.0	0.0	
	食塩	0.55	0	0.0	0.0	0	0	0.0	0.0	0	0.00	0.00	0	0	0.0	0.5	
	粒入りマスタード	0.10	0	0.0	0.0	0	0	0.0	0.0	0	0.00	0.00	0	0	0.0	0.0	
	(小計)	73.67	106	4.5	5.9	29	25	0.7	0.4	3	0.04	0.04	7	4	2.5	0.7	
	中学校 合計	646.07	853	35.4	32.6	338	134	3.3	4.7	312	0.61	0.59	19	77	9.4	2.6	
				20.2						372	0.82	0.65	34				

**成長期の中学生に食べさせたい
バランスの良い食事とは？
～子ども達の食生活の変化も含め、
家庭でできること～**

平成30年9月10日
世田谷区教育委員会
学校健康推進課学校給食

1. 世田谷区の学校給食

(1) 学校給食の目標

「学校給食法」の第2条において、次の7つの目標を達成するよう義務付けられている。

- 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。

「児童又は生徒1人1回あたりの学校給食摂取基準」

項目	性別別			
	児童(6～7歳)	児童(8～9歳)	児童(10～11歳)	中学生(12歳)
エネルギー(kcal)	135	240	250	220
たんぱく質(g) [食生活標準値]	35	35	35	35
脂質(g)	17.5	17.5	17.5	21.5
炭水化物(g)	学校給食による摂取エネルギー量の33～35%			
ナトリウム(mg)	2.5	2.5	2.5	2.5
カルシウム(mg)	300	320	400	420
マグネシウム(mg)	70	80	110	140
鉄(mg)	2	2	4	4
亜鉛(mg)	2	2	2	2
ビタミンA(μg)	150	170	200	300
ビタミンB1(mg)	0.3	0.3	0.3	0.3
ビタミンB2(mg)	0.4	0.4	0.4	0.4
ビタミンC(mg)	25	25	25	25
食物繊維(g)	4	5	6	6.5

平成30年度内に改定予定

中学生の食事状況調査結果

不足している栄養素

カルシウム

鉄

食物繊維

ビタミンA(男子のみ)

とり過ぎている栄養素

食塩(ナトリウム)

不足している食品

野菜類

豆類

くだもの類

きのこ類

海藻類

カルシウムを多く含む食品

牛乳・乳製品(チーズ、ヨーグルトなど)

豆・豆製品(生揚げ・がんもどきなど)

小魚(しらす、じゃこ、ししゃも、桜えびなど)

青菜(小松菜・にら・水菜など)

海藻(わかめ、こんぶなど)

鉄を多く含む食品

肉(レバー、赤身の肉など)
 貝(あさり、しじみ、はまぐりなど)
 赤身の魚(かつお、さば、いわし、さんまなど)
 小魚(煮干し、こうなご、ししゃもなど)
 豆(きなこ、納豆、えだまめなど)
 野菜(こまつな、大根の葉など)
 海藻(ひじき、のりなど)

食物繊維を多く含む食品

豆(大豆、小豆など)
 いも(さつまいも、里芋、こんにやくなど)
 野菜(ごぼう、セロリ、アスパラガス、青菜など)
 海藻(わかめ、寒天、ところてんなど)
 きのこと(えのき、しいたけ、しめじなど)
 くだもの(かんきつ類、バナナ、パイナップルなど)

ビタミンAを多く含む食品

豚肉
 うなぎ
 海藻(のりなど)
 野菜(にんじん、ほうれんそう、かぼちゃなど)
 卵

バランスの良い食事のための工夫

果物・デザート
 ビタミンC
 食物繊維・糖

主菜

たんぱく質は組織の構成成分。
 ホルモンや生体防御に働く抗体
 や神経伝達物質の材料となる。

主食

炭水化物は活動の
 エネルギー源。
 不足すると集中力が
 続かなくなる。

汁物・副菜

ビタミン・ミネラル
 ビタミンAは目に必要
 カルシウムは骨の構成成分

家庭での食事の大切さ

出来る範囲で
 手作りを

いっしょに食べる
 時間をつくる

☆給食人気レシピ☆

<大豆とじゃこの甘辛揚げ> (8人分)

約122kcal/1人分

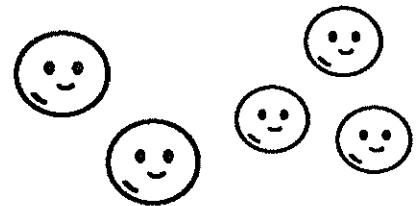
(材料)

・揚げ油	適量	
・ちりめんじゃこ	40g	
・大豆	100g	
・でん粉	適量	
・三温糖※	大さじ 2	A
・濃口醤油	大さじ 1	
・本みりん	大さじ 1	
・白いりごま	適量	

(作り方)

- ①大豆は1時間以上水に浸してから茹でる。
- ②ちりめんじゃこを油で揚げ、でん粉をまぶした①の大豆も油で揚げる。(きつね色。じゃこは焦げやすいので注意。)
- ③調味料Aを合わせて煮立て、とろみが付いたら、味を見ながら②のじゃここと大豆に加え、白いりごまを加えて和える。(調味料は味を見ながら和える量を調節してください。)

※三温糖が無い場合は上白糖でも作れます。



<白身魚のマヨネーズ焼き> (4人分)

約164kcal/1人分

(材料)

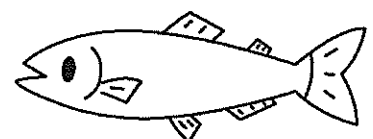
・白身魚の切身※	4切	
・塩	少々	
・こしょう	少々	
・マヨネーズ	大さじ4	A
・たまねぎ	100g	
・ドライパセリ	少々	
・マッシュルーム水煮(スライス)	40g	
・牛乳	大さじ1	
・ピザ用チーズ	25g	
・乾燥パン粉	適量	
・耐熱紙カップ	4枚	

(作り方)

- ①魚に、塩・こしょうで下味をつける。
- ②たまねぎはみじん切りにする。
- ③Aを混ぜ合わせてソースを作る。
- ④耐熱紙カップに魚を入れて③のソースをかけ、ピザ用チーズと、乾燥パン粉をかける。
- ⑤210℃に温めたオーブンで18~20分焼く。(ご家庭のオーブンの仕様により温度や焼き時間を調節してください。)

(↑220ccくらい。魚が入る大きさのもの。)

※タラや鮭などがおすすめです。



<おかしな目玉焼き> (4人分)

約100kcal/1人分

(材料)

- 水 100g
- 粉寒天 小さじ1
- 上白糖 大さじ2
- 牛乳 150g
- 粉ゼラチン 小さじ1
- 黄桃缶詰めハーフカット 4切
- 紙マドレーヌ型 4枚

(作り方)

- ①鍋に水と粉寒天を入れて火にかけ、沸騰させて煮溶かす。
(やけどに注意!)
- ②①の火を止め、上白糖を加えて溶かし混ぜ、牛乳、
粉ゼラチンを加えてよく混ぜる。
- ③紙マドレーヌ型に黄桃を入れ、②のゼリー液を流して、
冷やし固める。

