

令和元年度 給食試食会

令和元年10月29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)	520	650	780
たんぱく質 (g)	16.8～26	21.1～32.5	25.3～39
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未満	2未満
カルシウム (mg)	280	350	420
鉄 (mg)	2.4	3	3.6
マグネシウム(mg)	40	50	60
亜 鉛 (mg)	1.6	2	2.4
ビタミンA (μgRE)	160	200	240
ビタミンB1 (mg)	0.32	0.4	0.48
ビタミンB2 (mg)	0.32	0.4	0.4
ビタミンC (mg)	16	20	24
食物繊維 (g)	4	5	6

給食における児童1人1回あたりの平均所要栄養量 (平成31年4月改訂)

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

- ・ 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。
- ・ 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。
- ・ 行事食（校内行事・季節の行事）を取り入れています。
- ・ 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。
- ・ 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。
- ・ 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。
- ・ 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。
- ・ 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

- ・ 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。
- ・ 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。
- ・ 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

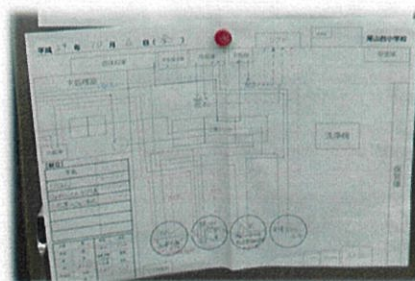
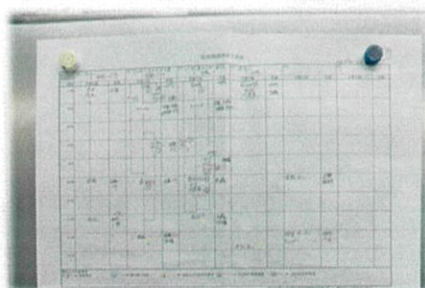
HACCP (ハサップシステム)とは、食品の仕入れ、洗浄、調理、保存、温度管理、調理時間など、食品すべての取り扱い過程における安全性を確保する一連の手順を体系化し示したものです。

- ・ 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

ビデオをご覧ください

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



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

令和元年11月11日

世田谷区立尾山台小学校
校長 竹内 明子
P T A 会長 高橋 一仁
文化厚生委員長 根本 綾子

～文化厚生通信～

《今年度のテーマ：みんなで育てよう！健やかなココロとカラダ》

第2回 家庭教育学級ご報告

10月29日に、第2回家庭教育学級を開催いたしました。

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、約50名の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 伊与田優菜先生に動画を交えながら学校給食の目標や献立作成・調理・衛生のポイントなどについてお話していただきました。

～伊与田先生のお話より抜粋～

食材は、なるべく国産、無農薬、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、ケーキ類のほか、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。

献立は、食器の数を考慮し、旬の食材、行事食も取り入れながら、「食事をするのが楽しい」と思ってもらえるよう工夫しています。

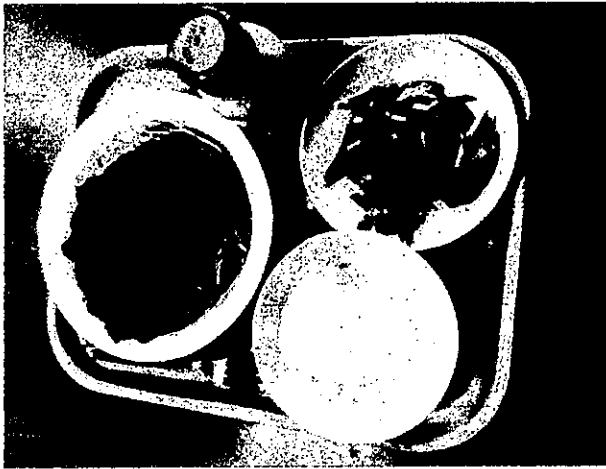
給食室では、調理前や作業ごとに手洗いを励行、作業ごとにエプロンの使い分けをする、包丁やまな板も下処理用、加熱用、果物用で区別する、加熱する野菜でも流水で3回以上洗う、果物、ミニトマト以外の野菜には全て火を通すなど、徹底した衛生管理を行っています。

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

入念なミーティングのもと、当日の限られた時間の中、チームワークを大切にしながら作業を心がけ、毎日手際よく調理が行われています。

尾山台小学校の給食が安心・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が分かり、とても貴重な時間になりました。

みなさま、ご協力いただきありがとうございました。



【試食会のメニュー】

- ◇ スパゲッティみそミートソース
- ◇ じゃがいものハニーサラダ
- ◇ フルーツヨーグルト
- ◇ 牛乳

～質疑応答～

- Q. 市販の背を伸ばす効果のあるグミなどをよく目にしますが、効果はあるのでしょうか。
- A. 効果については分かりかねますが、カルシウムなど補助的な意味で摂取するのが良いかと思えます。基本的には、食事の中での摂取が望ましいです。
- Q. 本日のミートソースにも使用されていた味噌ですが、おすすめ調理法があれば教えてください。
- A. ごまと味噌を混ぜた味噌ソース：魚にかける、野菜あえなど、いろいろな料理に使えておすすめです。

～アンケートより抜粋～

- ▶ 季節や行事食など、様々な視点から献立が考えられており、大変感謝しております。
- ▶ 短時間で様々な工夫をしながら給食を作ってくださっているのだと改めて実感しました。また、子どもたちのことを考え、食器洗いには石けんを使用しているとのこと、ありがたいです。
- ▶ 子どもは給食が大好きで、毎日楽しみにしています。野菜のおいしさを知り、ほぼ毎回おかわりをしているそうです。食材や衛生面など、全てに細心の配慮をしてくださっていることを知り、子どもの給食好きに納得しました。
- ▶ 給食の食材選びから献立のこと、特に調理中の動画など、とても分かりやすく、細かく気配りしていただいていることに感心しました。ただ食べるのみではなく、子どもたちに情報を発信したり、食に興味を持ってもらうためのコミュニケーションもとても良いと思いました。

以上