

学校給食だより

おおさかの

第4号

平成17年4月10日

【編集・発行】

(財)大阪府スポーツ・教育振興財団
学校給食部

〒536-0016

大阪市城東区蒲生2丁目10-28

TEL06-6933-7232

FAX06-6932-1743

ホームページ

http://www.oskz.com



【写真提供：泉南市立鳴滝第二小学校】



「栄養教諭制度いよいよスタート！」

(社)全国学校栄養士協議会 大阪府支部

支部長 高橋 美代子



今、子ども達の食生活をとりまく社会環境が大きく変化し、大阪府におきましても「朝食の欠食率が高い(22.3%)」「野菜の摂取率が全国平均に比べて少ない(とくに小中学生は目標値の半分しかとれていない)」というデータがあり、食生活の乱れが問題となっています。子ども達が将来にわたって健康に過ごせるよう、栄養や食事のとり方などの正しい知識を小さいうちから身につけさせることは非常に大切なことだと考えます。

そんな中、私達、学校栄養職員の40年来の願いであります「栄養教諭制度」が平成16年5月14日に国会にて全会一致で可決、成立し、いよいよ創立の運びとなりました。今、責任の重大さに身の引き締まる思いをしております。

栄養教諭になるためには現職の栄養職員は各自の持っている免許に照らして単位認定講習を受けて、必要な単位をとらなければなりません。

栄養教諭の職務として

I 食育指導について

- ① 個別的な相談指導(偏食・ダイエット・肥満・アレルギー・スポーツ栄養など)
- ② 教科、特別学習などにおける教育指導(給食時・

家庭科・保健体育科・総合的な学習の時間など)

③ 教職員、家庭・地域社会と連携し、食に関するコーディネーターの役割を担う

II 学校給食管理について

給食献立の立案や安心・安全の給食物資の確保、徹底した衛生管理など従来からの「給食管理面」もますます充実させていかなければならない。

などがあげられます。

どの場面でも学校給食を生きた教材として活用した効果的な指導を行うことが求められています。

今後、私達栄養職員は今まで以上に勉強・研修を重ねて、各々が資質の向上に努めつつ、制度化のねらいや期待にそえるよう自己研鑽を積んでいきたいと思っています。

目次

- 給食風景・「栄養教諭制度いよいよスタート！」…1
- 市町村だより……………2～3
河内長野市立学校給食センター
- (財)大阪府スポーツ・教育振興財団だより…4～7
- 献立紹介「泉南市」……………8

施設改修を終えて

河内長野市立 学校給食センター
所長 中谷 信秋

センター改修について

本市は、大阪府の南東部にあって、東は奈良県、南は和歌山県に接し、金剛葛城山脈に囲まれた市域の70%までが山林地帯で自然豊かなまちです。

当センターは、昭和59年に竣工し同年9月より市内13小学校に完全給食を実施しました。しかし、厨房施設等の老朽化により、給食を安定して提供できない恐れがあることから、設備機器の更新を考えましたが、食に関する不安が社会問題化する昨今、未来を担う児童生徒に衛生管理の充実した安心・安全な給食を安定して提供するため、「学校給食衛生管理の基準」を踏まえた【ドライシステム】へと施設を改修し平成17年1月より新施設で実施しています。

センター改修期間中の給食について

改修期間中の給食については、当初「補食給食」を想定していましたが、各方面から種々の要望やご意見

があり、最終的には①弁当持参②「おかず」持参+補食給食（パン、牛乳）③補食給食+「おかず」の斡旋の3種類を実施しました。

さらに、家庭から持参する弁当、「おかず」の食材費、斡旋する「おかず」の代金について、要保護・準要保護家庭については公費負担とならないため、市独自で助成を行いませんでした。

また、家庭からの弁当持参が大半であったことから、保護者等の負担を軽減するため、平成16年7月より12月の改修期間中について、大阪狭山市のご厚意により、同市の学校給食センターで調理した学校給食を、毎日1,500食提供していただきました。

リニューアルした給食センターについて

■ ウエット方式からドライ方式に変わりました

改修前はウエット方式でしたが、二次汚染等を防止するためドライ方式に変更しました。



■ 衛生区域の明確化

下処理室、調理・コンテナ室、洗浄室専用の準備室を設け、各室には準備室を経由しなければ入れない構造とし、準備室には作業ごとのエプロン、靴の取替え場所や手指洗浄消毒器を設置しました。また、調理・コンテナ室準備室にはエアシャワーを設置しました。

■ 空調設備の設置及び給排気設備の充実

調理場、洗浄室、コンテナ室及び各室に空調設備を新たに設け、また給排気装置の更新により、安全衛生管理の改善を目指しました。

■ 検収スペースの整備

従来あった検収スペースを、野菜専用検収スペースと魚肉等検収スペースに分けました。ここで納品された食材の検品を実施した後、ダンボール箱等をセンター内に持ち込まないよう、籠やバット等に移し替えをします。

また、野菜専用冷蔵庫、魚肉専用冷蔵庫を新に設け、食材別に保管場所を区別します。

■ 下処理室に専用処理室の整備

野菜下処理室とは別に魚肉処理室、卵処理室を設け、又各処理室にはパススルー冷蔵庫、調理室との間はカウンターで仕切りました。



魚肉下処理室

下処理準備室



■ 調理室の整備

調理室内を煮炊き調理エリア、揚物・焼物調理エリア、和え物エリアに分け、また回転釜・シンク等は各室のパススルー冷蔵庫、カウンターと作業導線を考慮して設けました。

そして、頭上にあった蒸気配管等は、埃溜まりをなくすため地下ピットを設け収納し、床は抗菌使用の床材を使用しました。



調理室

■ 和え物室の設置

サラダや和え物などをより衛生的に取扱うため、調理室内に専用の部屋を整備しました。熱処理後冷却した食材を一時保管するため、カートイン冷蔵庫の設置。さらに和え物専用混ぜ釜、エアコン等を設置しました。

■ 洗浄室の整備

食器・食缶洗浄機を更新し、新にコンテナ洗浄機を導入しました。



洗浄室

■ コンテナ室

食器の消毒はコンテナイン消毒保管機で行ない、食缶消毒は調理室に棚昇降式消毒保管機で行ない、作業能率の向上を図っています。

■ その他

適温にて配食するため、アルミ製食缶を角型ステンレス製二重食缶に更新しました。

■ おわりに

改修直後は、新しい厨房設備やドライシステムに慣れるのに大変でした。特に調理中における床に落ちた食材の後始末、床の定期清掃・消毒等どれをとっても新しい仕事で、日々勉強の毎日です。

施設改修により、施設設備（ハード面）が充実しても、それを生かすのが担当者の運用（ソフト面）であることから、衛生講習会・勉強会等の実施により、衛生管理の充実を図り、より良い学校給食の提供に努めていきたいと考えています。



全景

平成17年度 学校給食部事業について



今、政府は食育の大切さを打ち出しています。食育基本法の制定が進められています。学校給食は食生活の基礎基本を養い、豊かな心と健康な体を育てる貴重な体験の場であります。

私ども学校給食部は、常に市町村・学校・子供の立場からどのようにすれば学校給食に貢献できるのか、職員一同、真摯に考えています。

また、市町村・学校と学校給食部が連携してよりよい学校給食に向けて努力していくのが大事なことと思われまます。

公益性の高い事業であることを踏まえ、物資供給というハード面と、普及充実事業というソフト面から、市町村の学校給食を支えて行きたいと念願しております。

物資供給事業

パン

○学校給食用小麦粉について・・・

現在、財団で取り扱っているパン用の強力小麦粉は従来からの学校給食用小麦粉(準1等粉にビタミンB₁、B₂を添加)と一等粉があります。小麦の原産地はカナダ、アメリカです。

また、平成17年度より、国内産20%混入小麦(北海道産)を取り扱います。府内1市が切り替える予定です。

○平成17年度大阪府学校給食用パン指定工場

昨年度に引き続き、別添のとおり府内32工場が大阪府学校給食用パン指定工場となりました。

パン工場一覧

工場名		工場名	
1	㈱ジョートー食品	17	マル十製パン㈱
2	大港食品㈱	18	河内農産工業㈱
3	㈱神戸屋東淀工場	19	(有)わかみや製パン
4	㈱千壽堂	20	東大阪木村屋
5	木村家食品㈱	21	朝日製パン㈱
6	明治パン㈱	22	ウエダパン㈱
7	㈱千林木村屋	23	(有)兎屋食品
8	阿倍野食品㈱	24	マルミ
9	富士屋㈱	25	三喜屋製パン(有)
10	ケイアンドケイフーズ㈱ 本社工場	26	大幸食品㈱
11	ケイアンドケイフーズ㈱ 富田林工場	27	㈱タマヤ
12	関西食品工業㈱	28	川崎製パン㈱
13	吉田㈱	29	㈱木村製パン
14	春日食品㈱	30	目製パン所
15	日本食品工業㈱	31	マルサ製パン
16	㈱ライオンベーカリー	32	西田製パン所

牛乳

平成17年度の大阪府学校給食用牛乳の売渡価格が200cc一本当たり43円47銭(内税)に決定されました。昨年度より約2円96銭価格が上がりました。

6月中旬より牛乳工場の巡回調査を行います。学乳の安心安全の為に、より一層の指導強化をしてみたいと考えています。

また、学校給食用牛乳の検査についても、従来の成分規格検査及び微生物検査に加えて農薬検査も取り入れていこうと考えています。

イベントに関しては、昨年同様学校給食関係者対象の牧場・牛乳工場見学会を開催いたします。

また、本年度は新たに牛乳を使った調理講習会開催を計画していますので是非ご参加ください。

また、ご希望のメニューなどがございましたら財団にご連絡下さい。

米飯

16年産米は、9月10日に農水省が米の作況指数を「平年並み」の101と発表しましたがその後、相次ぐ台風の上陸で98と修正され15年産に引き続き2年連続の不作となりました。特に、米どころの秋田県が85、新潟県が92、中国・九州の山口県が82、福岡県が83、熊本県が77など平年を大きく下回る作況となりました。

財団といたしましては、来年10月までの学給米の確保はできておりますのでご安心ください。

財団が取り扱いします16年産米の銘柄及び価格は下表のとおりです。

平成16年11月から平成17年10月需要分売渡価格

精米コード	銘柄・産地	強化米 有 無	内容量	売渡価格 円/kg	備考
1-1-V	つがのロマン 青森県	有	10kg	319.42	
1-9	あきたこまち 岩手県	無	10kg	352.00	
2-4	ひとめぼれ 宮城県	無	10kg	352.00	
2-4-V	ひとめぼれ 宮城県	有	10kg	354.42	
2-5	はえぬき 山形県	無	10kg	339.00	
2-5-V	はえぬき 山形県	有	10kg	341.42	
5-0	ひとめぼれ 福島県 無洗米	無	10kg	352.25	
5-5	ヒノヒカリ 香川県 胚芽米	無	10kg	324.05	
5-6	あきたこまち 福島県	無	10kg	345.00	
5-7	ひとめぼれ 福島県	無	10kg	347.00	
5-7-V	ひとめぼれ 福島県	有	10kg	349.42	
5-9	ササニシキ 山形県	無	10kg	362.00	
5-9-V	ササニシキ 山形県	有	10kg	364.42	
8-1	ヒノヒカリ50%、キララ北海道50%	無	10kg	319.00	
8-3	ヒノヒカリ 香川県	無	10kg	323.00	
8-3-V	ヒノヒカリ 香川県	有	10kg	325.42	
8-3-7	ヒノヒカリ 香川県	無	7kg	323.00	
9-1-V	キララ397 北海道	有	10kg	317.42	
9-2	日本晴 滋賀県	無	10kg	337.00	
9-2-V	日本晴 滋賀県	有	10kg	339.42	
9-3	キヌヒカリ 滋賀県	無	10kg	342.00	
9-3-V	キヌヒカリ 滋賀県	有	10kg	344.42	

消費税は内税とする

○食味ランキング

米の食味ランキングは、日本穀物検定協会が毎年食味試験を実施しており、実際に炊飯した白飯を試食して評価します。

基準となるのが日本晴とコシヒカリのブレンドで、これと比較してほぼ同等のものを「A」、特に良好なものを「特A」、良好なものを「A」、やや劣るものを「B」、劣るものを「B」として評価しています。

なお、16年産の116産地品種で「B」及び「B」に該当するものはなかったとのことです。

銘柄	産地・地区	ランク
あきたこまち	岩手県 県中	特A
キヌヒカリ	滋賀県 湖南	A
キララ397	北海道 空知	A
つがるロマン	青森県 中弘南黒	A
はえぬき	山形県 内陸、庄内	特A
ひとめぼれ	宮城県 県北、県中	特A
ひとめぼれ	福島県 中通	特A
ひとめぼれ	福島県 会津	A
ヒノヒカリ	香川県 中讃	A

■ 一般物資について

1. 大阪府学校給食用物資新規配送業者の紹介

このたび、当財団の指定配送業者が平成17年度より(株)ゴトー物流から(株)合通に変わります。

新たに決まりました(株)合通は、従来からパン用副資材を各パン工場に配送しており、食品配送には精通しております。

物資配送に使用する車輛はアルミ箱車とし、常に清掃を行い、特に内装に関しては原則として抗菌パネルを使用しています。運転手の服装も白衣及び白帽子の着用を義務付ける等、常に衛生的な配送の実現に努めて参ります。

さらに、使用車輛及び運転手が特定出来るように、車輛のフロントには指定輸送業者とわかる名札を明示するとともに、運転手には財団名、輸送業者名、運転手名を記載した顔写真付きのカードを常に身に付けさせる等安全管理面の徹底を図るとともに、給食現場においては、常に迅速かつ丁寧で確実な荷下ろしに努めて参りますので、よろしく願います。

2. 新規取扱物資の紹介

(1)特選コロッケ (財団開発商品)

①肉じゃがコロッケ (50g・60g)

国産牛肉及び国産じゃがいもを使用した肉じゃが風味の他にはないおかずコロッケを開発しました。

価格	50g	センター 44.08円/個・単独校 45.88円/個
	60g	センター 50.61円/個・単独校 52.21円/個
製造者	タケフーズ(株)	販売者・配送 (株)SN食品研究所

②大豆青のりコロッケ (60g)

大豆を主体としたコロッケにすることにより、食物繊維、カルシウム、鉄分、亜鉛、ビタミン類を自然な形で摂取することができ、青のり風味で食べやすい商品です。

価格	60g	センター 46.54円/個・単独校 47.54円/個
製造者	クワバラ食品(株)	開発協力業者 東洋紡実業(株)
配送	(株)名給	

③大豆ひじきコロッケ (60g)

大豆、ひじきを主体としていることから、鉄分、カルシウム、食物繊維等を自然な形で摂取することができるとともに、じゃがいも、大豆、ひじき、豚肉等の主原料は国産原料を使用しており、安心してご使用いただける商品です。

価格	60g	センター 42.26円/個・単独校 43.26円/個
製造者・開発協力業者・配送	上記大豆青のりコロッケと同様です。	

(2)粉末椎茸 (1kg)

この商品は、現在、(財)鳥取県学校給食会が中心となり、四国を含む西日本各県の共同購入物資として流通しております。原料椎茸はすべて原木栽培されたもので、製造はクリーンルーム内で行っております。特に異物の除去については徹底しており、生産履歴のはっきりした安心、安全な商品であります。この商品はパンやみそ汁、スープ或いは煮物、まぜごはん、天ぷらの衣、カレー等に混ぜてご利用下さい。

価格	1kg	センター 5,000円・単独校 5,003円
製造者	菌興椎茸協同組合	販売者 (財)鳥取県学校給食会



文部科学大臣受賞



安全と安心を最重点に子供達の『食育』に貢献する

大阪学校給食パン・米飯協同組合
理事長 吳 松 正一郎

昭和27年4月からの完全給食が実施されてから50年以上が経過致しました。しかし、我が国の学校給食の歴史は更に古く、最初の学校給食は明治22年、山形県鶴岡市の忠愛小学校において、仏教の各宗派連合によって始められたと言われています。そして、大正3年には一部の地域でおにぎりや漬物と焼き魚をセットにした献立による学校給食が実施されました。パンが学校給食に採り入れられたのは大正8年のことです。その後、戦後の混乱期の中で紆余曲折を経ながらも昭和23年に学校給食用のパンが小学校に配給され始め、昭和25年には大阪市の小学校（約24万人）に完全給食が実施されました。

当組合もその頃発足し、今年で55周年を迎えることができましたが、その間主食であるパンの安定供給だけでなく、メニューの多様化やその他ニーズへの対応に努力してまいりました。昭和51年には大阪府下でも米飯給食が一部の市で導入されましたが、それ以降パンのみでなく米飯の供給にも対応し、安全で安心できる主食であるパンと米飯を児童生徒にお届けしてまいりました。

昨今、食事内容が多様化する中で食生活の乱れが生じたり、また新しい様々な食に係わる問題が発生するなど、子供達を取り巻く食の環境が急激に変化して参りました。そして、子供たちの健全な育成のために『食育』の重要性が叫ばれています。その中で学校における学校給食の果たす役割は、今後益々重要になってゆくと考えられます。

この度、文部科学大臣表彰という身に余る栄に浴しましたが、これも偏に諸先輩方のご指導と関係各位のご支援の賜と深く感謝申し上げます。そして、今後更に『食育』の考え方を理解し、その実現・発展に対して微力ながら協力して参りたいと思います。学校給食を通じて、その一端を担えるということは大変幸せなことであり、これからも関係各位のご指導とお力添えを頂きながら次世代を担う児童生徒に、安全安心で美味しいパンとご飯を供給するために組合としても一層努力を重ねて参ります。

学校給食物資の安全確認検査予定

	対象品目	検査項目・内容	検査時期
パン関係	小麦粉	成分検査（水分・蛋白・灰分）	毎月
	小麦粉・パン	残留農薬検査 2, 4, 5-T、アミトロール、カブタホール、マラチオン ダミノジット、フェニトロチオン、シヘキサチン クロルピリホスメチル、ピリミホスメチル	年一回
牛乳関係	牛乳	成分規格等検査 一般細菌数、大腸菌群、黄色ブドウ球菌	5月中旬
		農薬検査	9月中旬
米関係	玄米・精米・胚芽米	銘柄、産地、品位（水分、被害粒、着色粒、碎粒、異物） 量目、鮮度、胚芽検定	産地から玄米が業者に着く度、また、とう精の度に
	米飯	大腸菌群、黄色ブドウ球菌、セレウス菌、水分	炊飯施設巡回時
	玄米	DNA鑑定	2月頃
	精米	残留農薬検査 エトフェンプロックス、カドミウム、シラフルオフェン、トリシクラゾール、フルトラニル、カルブドパミド、BPMC、EDDP、MEP（フェニトロチオン）、MPP、BHC・DDT、ピロキロン、フサライド、ヒ素、重金属	2月頃
一般物資関係	一括供給物資	大阪府学校給食用物資規格基準に基づく成分規格検査項目 （全窒素、無塩可溶性固形分、合成着色料、重金属等）	H17年3月実施
	未加熱で直接喫食する物資及び冷凍食品	O-157検査、成分検査（一般生菌数、大腸菌群、大腸菌、水分、粗脂肪、粗蛋白、亜硝酸、ソルビン酸）	4月
	一括供給物資 斡旋物資	規格基準に基づく主な成分規格検査項目、農薬検査（スクリーニング検査）	7、11月
	新物果実缶詰	規格基準に基づく主な成分規格検査項目 （可溶性固形分、合成甘味料、重金属、ヒ素、スズ）	10月

■平成17年度年間行事予定表

月	物資関係		
	区分	行事名	
4	上旬	米・パン	パン・米飯工場事務連絡会
	中旬		
	下旬		
5	上旬	米	米飯工場巡回調査（～2月頃）
	中旬	パン	小麦粉製粉工場巡回調査・指導
		牛乳	成分規格等検査
	下旬		
6	上旬	パン	第1回パン品質審査検討会
		牛乳	牛乳工場巡回調査
	中旬	一般	第1回栄養管理ソフト講習会
	下旬		中日本衛生管理講習会（四条畷市）
7	上旬	一般	第2回栄養管理ソフト講習会
	中旬	パン	パン工場衛生講習会
		一般	第1回物資運営委員会
	下旬	パン	パン展示・試食会
		一般	一般物資製造工場見学会
	7月27日		大阪府学校給食大会
8	8月3-4日		全国学校栄養職員研究協議大会（愛知県）
	上旬	一般	第3回栄養管理ソフト講習会
	中旬	パン	パン実技講習会（4日間）
	下旬		
9	上旬	米	米産地見学会
	9月8-9日		全国学校給食研究協議大会（青森県）
	中旬	パン	パン工場巡回調査・指導（2月頃まで）
			大阪府内ブロック会議（9月下旬～12月）
	下旬	牛乳	牧場・牛乳工場見学会
10	上旬	米	米飯試食会
	中旬	一般	第4回栄養管理ソフト講習会
	下旬	米	新米入荷状況調査
		一般	第1回物資運営委員会小委員会
11	上旬	パン	第2回パン品質審査検討会
		牛乳	牛乳を使った調理講習会
	中旬	一般	第5回栄養管理ソフト講習会
	下旬	一般	第2回物資運営委員会
12	上旬	パン	パン・小麦粉農業検査
		米	農業検査
	下旬	パン	パン工場衛生講習会（ノロウイルス関係）
1	中旬	一般	第6回栄養管理ソフト講習会
	下旬	一般	製造工場調査
	上旬	一般	第2回物資運営委員会小委員会
2	中旬		
	下旬	一般	第3回物資運営委員会
3	上旬		基幹・一般物資売渡価格決定
	中旬		
	下旬		

▲ ATP拭き取り検査器（ルミテスター）の貸与について

現在、当財団では独立行政法人日本スポーツ振興センターから2台のATP拭き取り検査器（ルミテスター）の貸与を受けております。これに伴いまして、府内各市町村に貸与いたしますので、ご希望の場合は当財団あてにご連絡下さい。但し、貸与期間につきましては2週間程度とさせていただきますとともに検査に必要な専用試薬につきましても、各市町村のご負担になりますのでご了承のほどお願い申し上げます。

なお、当該専用試薬の購入先及び価格は財団までお問い合わせください。

▲ 学校給食栄養管理システムについて

学校給食普及事業の一環として、平成16年度に開発した「学校給食栄養管理システム」のソフトをご利用下さい。献立作成、発注、予定人員の変更、栄養週報の作成等、給食管理業務に活用していただけます。

現在採用市町：9市町と府立養護学校

今年度中に導入のための講習会を6回開催しますので、多数でご参加ください。

▲ 貸出しビデオ

従来の貸出しビデオに下記ビデオが追加されましたのでご利用ください。

記号	題名
X1	「リテールHACCP」の基本と実践 今なゼリテールHACCPなのか（約20分）
X2	「リテールHACCP」の基本と実践 リテールHACCPを成功させるコツ（約20分）
Y1	感染防止ノロウイルス対策 感染力の強いノロウイルス（約15分）
Y2	感染防止ノロウイルス対策 食中毒予防のポイント（約15分）

貸し出しは電話で受け付けます。期間は約一ヶ月とします。

▲ ノロウイルス検査の実施について

去る、平成17年3月14日（月）に府内4つのパン工場において、ノロウイルスに関する拭き取り検査を実施いたしました。検査結果につきましては、判明次第ホームページでお知らせいたします。



学校給食と地産地消 —地元産野菜を給食に—

春をあじわう!



泉南市立学校給食センター
学校栄養職員 鈴木美喜

大阪府の南部に位置する泉南市は大阪湾に面した緑豊かな自然がたくさん残り、大阪湾や近隣の地域でとれる地場産物も多く、いろいろな野菜が作られています。

泉南市の学校給食では、平成15年1月から泉南地域で作られている地場産農作物（青葱・小松菜・キャベツ・玉葱・水なす・かもうり・えんどう豆・里芋・かぶ・大根・金時人参・ふき・たけのこ・春菊・ほうれん草など）を献立にとりいれています。

地場産野菜を学校給食にとりいれるにあたり、青果市場をとおして生産者の畑に出かけていき、野菜の生育状況や収穫までの様子を聞き、作るときの苦労話もインタビューさせていただき、写真も撮影して献立表や給食だより ポスターなどに掲載し、児童や教師だけでなく保護者にも「地産地消」と題して広く知らせています。

また、夏休みには保護者や地元婦人会の人たちを対

象として、地元の漁港で獲れる『えびじゃこ』を使った郷土料理（【じゃこごうこ】や【新玉葱とえびじゃこのかきあげ】など）の調理講習会を開催し、学校や家庭だけでなく地域の人々とともに豊かな自然に囲まれ、その恵みに感謝し、「食べる」ことの大切さを知ってもらえたらと思っています。

泉南地域では古くから春をあじわう野菜として「ふき」や「たけのこ」を使い、誕生日など楽しい行事のときに『ばらずし』（ちらしずし）をつくってごちそうにしていました。

よい香りと歯ざわりを楽しむ「ふき」は『大阪ふき』といって泉南地域の特産物として有名で、一本一本といねいにすじをとって調理します。

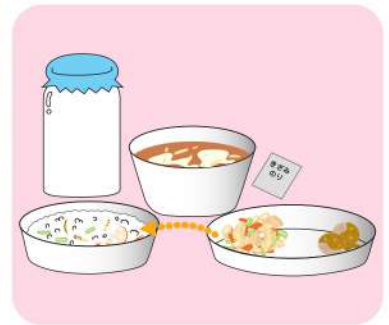
また、早朝に竹林から掘りたての「たけのこ」も土をきれいに洗い落としてゆで、皮をおいて調理します。「ふき」や「たけのこ」には春の季節にしか味わうことのできないおいしさがあります。

今日の献立

- ・春野菜のちらしずし(ちらしずしの具)・牛乳
- ・あさりと長芋のすり流し汁
- ・芋れんこんつくねの味噌がらめ・きざみのり

【作り方】

- ①ふきはすじをとり細かく切って下ゆでする。新たけのこは縦に小さく割り、うすく切って下ゆでする。人参は短冊に切って下ゆでする。焼竹輪は縦四ツ割にして細かく切る。
 - ②調味だし汁に材料を加え煮含める。高野豆腐が煮くずれないように味を調える。
- 《ご飯は委託炊飯なので炊き込み用ちらしずし(レトルト)を使用していますが、具が少ないので別にちらしずしの具をつけています。》



★ちらしずしの具

材	料	可食量g
高野豆腐(細切)		4
人	参	4
ふ	き	5
新	たけのこ	5
焼	竹輪	5
淡	口醤油	1.5
砂	糖	2
み	りん	1
削	り節	0.4

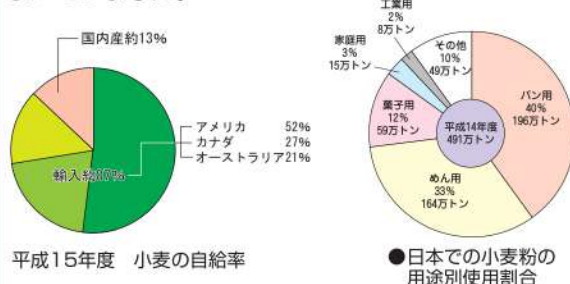
★春野菜のちらしずしの栄養価

エネルギー	314	亜鉛	1.2
タンパク質	7.4	レチノール	56
脂質	2.0	B1	0.2
Na	752	B2	0.02
Ca	39	C	-
Mg	23	食物繊維	0.7
鉄	1.0		

食育講座

小麦の知識(その1)

小麦の原産地はイラン西南部のクルディスタン高原とされ、日本には紀元前一世紀ごろ伝来したといわれています。弥生時代中ごろには、すでに小麦の栽培が始まっていました。



編集後記

平成17年度は、給食だよりを年4回発行する予定です。今後「食育」に役立つ内容も取り入れますので、皆様からのご意見・情報提供をよろしくお願いします。