

学校給食だより

おおさかの

第52号

平成29年4月1日

【編集・発行】
公益財団法人大阪府学校給食会
〒540-0008
大阪市中央区大手前2丁目1-7
大阪赤十字会館8階
TEL 06-6942-3839
FAX 06-6942-4777
ホームページ
<http://www.oskz.com>

～広げよう 食育の輪～



パンタン



泉佐野市立中学校給食センター



コメタン



「大阪府学校給食会設立60周年を迎えるにあたって」

公益財団法人大阪府学校給食会
常務理事 中井 正二

昨年6月に大阪府学校給食会常務理事に就任し、早くも9か月が経ちましたが、この間多くの方々に温かいご支援、ご協力をいただきありがとうございます。今後ともご指導、ご鞭撻の程、よろしくお願いいたします。

さて、昭和32年8月に財団法人大阪府学校給食会が設立し、昭和59年2月に財団法人大阪府保健体育センターに改組し、学校給食事業に加えて大阪府の体育施設等の管理運営を受託してきました。その後、大阪府の指定管理者制度導入により徐々に受託業務を終了し、平成21年に「財団自立化方針」を策定して平成22年4月、元の財団法人大阪府学校給食会に改組、平成24年3月に大阪府知事から公益財団法人の認定を受け、現在に至っています。この間、組織の変遷等紆余曲折する中で、先人達が知恵を絞り今日の給食会を築いてきたものであり、その苦労と努力に感謝するものです。

今を担う私達としては、これまでの伝統を引き継ぎ、良いところを守りつつ、足りないところを補いながら70周年に向けてより良い給食会に育てていくことが使命であると考え

ています。

そのためには、60周年の節目の年である今年は「信頼」をテーマに市町村や学校をはじめ、保護者の皆様、業者の方々など、多くの関係者の方から信頼される給食会になれるよう職員一同決意を新たにいたしました。

また、給食会を広く知っていただくために60周年記念事業を開催するなどPRに努めるとともに、物資供給や食育支援を通じ、市町村や学校が実施する学校給食を全面的に支援するため、きめ細かな配慮と惜しみない研鑽に努めてまいりますので、なお一層のご支援、ご協力をお願い申し上げます。

目次

- 挨拶 1
- 食の教育だより「泉佐野市立中学校給食センター」..... 2～4
- 給食会だより..... 5～12
 - ・栄養教諭支援セミナー・食育授業作りグループ別指導
 - ・献立講習会レシピ
 - ・出前魚講習会／なにわの郷土料理

中学校給食センターの ご紹介と取り組み

食の教育
だより

泉佐野市立中学校給食センター 所長 大引 要一

泉佐野市には、13校の小学校・5校の中学校があり、小学校は全児童数約5,700人分の給食を「学校給食センター」、中学校は全生徒数約3,000人分の給食を「中学校給食センター」の2つの給食センターで分担して作っています。今回は、平成27年4月にオープンした「中学校給食センター」を紹介します。

① 中学校給食センターができるまで

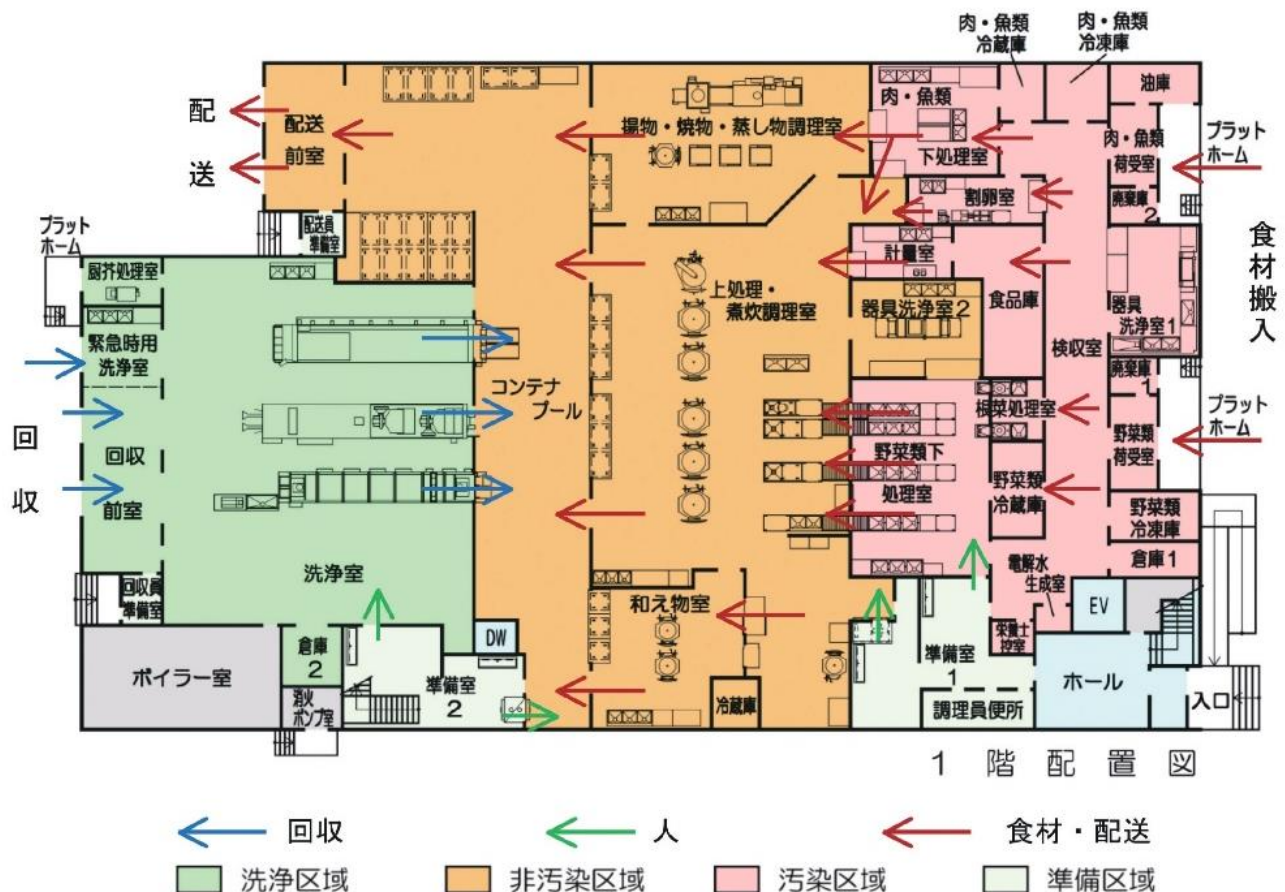


平成24年度より、中学校給食の提供開始が検討され、効率的で成長期の生徒達に安全かつ最適な給食を提供することを目的として中学校給食センターの新設が決定されました。平成27年2月には、市内全5中学校の給食を1か所で調理する中学校給食センターが完成し、平成27年4月より中学校給食の提供を開始しています。

- ・建築面積：2,379.46㎡
- ・最大調理食数：3,500食

② センター内の動線について

食材は一方通行で汚染区域での下処理・洗浄後に非汚染区域へ流れ、人は汚染区域・非汚染区域・洗浄区域に分かれて入室します。各区域に入室する際には、各区域別の帽子・制服・靴に着替えてから入室し、非汚染区域への入室の際には、ローラーがけとエアシャワーを通った後に入室します。回収は洗浄室内で洗浄後、洗浄後の物のみが非汚染区域へ移動します。



3 汚染区域：下処理エリア

動物性の食材は、肉・魚類下処理室で下味や天板への並べ替えを行い、植物性の食材は、野菜類下処理室で下処理、洗浄を行います。各食材は「パススルー冷蔵庫」又は「受け渡しハッチ」を通して、食材のみを非汚染区域に渡します。土の付着がある根菜類は、根菜処理室で下処理された後に野菜類下処理室へ渡し、鶏卵は割卵室で割卵・ミキシング後に「パススルー冷蔵庫」を通して、非汚染区域に渡します。

● 野菜類下処理室



● 肉・魚類下処理室



● 割卵室



● 微酸性電解水生成室

センター内で微酸性電解水を生成し、果物の消毒や鶏卵の洗浄に使用しています。微酸性電解水は専用配管を通して、各部屋に送っています。



● 根菜処理室

土付きの野菜を大型ピーラーを使用して皮むき等を行います。土と皮を処理した後、下処理室へ渡します。



4 非汚染区域：調理エリア

● 揚物・焼物・蒸し物調理室

フライヤーとスチームコンベクションオープンを用いて調理します。また、揚物・焼物・蒸し物専用にかかるタレやソース類も揚物・焼物・蒸し物調理室内の専用の蒸気回転釜で調理します。



▲スチームコンベクションオープン



▲フライヤー

● 煮炊調理室

煮物や炒め物を調理します。蒸気回転釜は1釜で約1,000人分を調理できます。全て分解洗浄・加熱消毒できる攪拌機付き蒸気回転釜も設置し、ベシャメルソース等を手作りします。



▲蒸気回転釜



▲攪拌機付き蒸気回転釜



▲蒸気回転釜

● 和え物室

煮炊調理室の和え物食材専用の蒸し庫と蒸気回転釜で加熱し、パススルー真空冷却機で冷却した食材を和え調理します。また、煮炊調理室側の果物専用シンクで微酸性電解水を用いて消毒した果物の配缶も和え物室で行います。



▲和え物室

5 泉佐野市における食育の取り組み

- 地産地消として地域のJAと協力し、地場産米を給食で使用しています。また、学校給食週間等では泉佐野市産の野菜も積極的に使用しています。
- 生徒応募献立を全校生徒に募集し、採用したメニューを学校給食週間に提供しています。
- 泉佐野市学校教育研究会・栄養教育部では、苦手食材を克服するためのメニューを開発し、給食献立に活用しています。
- 小・中学校、こども園の食育担当教員で学校食育研究会を運営し、校区別に3グループに分けたグループ別交流会を開催しています。各グループ別に食育に関するテーマを決め、全市的な食育の推進に努めています。



生徒が考案したメニュー
なすと豚肉の中華風あんかけ

- 食品名

・豚肉	・オイスターソース	・かたくり粉
・なす	・塩	・豚骨スープ
・にんじん	・こしょう	・サラダ油
・ピーマン	・こい口しょうゆ	
・たまねぎ	・さとう	



栄養教育部 開発メニュー
豚肉とごぼうのスタミナ炒め

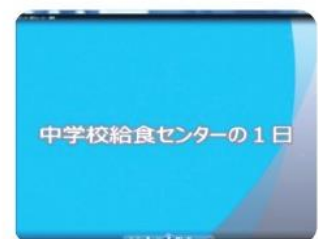
- 食品名

・豚肉	・こい口しょうゆ
・ごぼう	・さとう
・小松菜	・みりん
・にんじん	・おろしにんにく
・つぎこんにやく	・サラダ油



6 中学校給食における食育の取り組み

- 栄養教諭が所属校に週1回出向き、給食時間にその日の献立に関連した食指導を行っています。また、所属校では家庭科教諭とのT・T授業や学年集会で食指導を行っています。栄養教諭の未配属学校には、月1回以上は出向き、給食時間にその日の献立に関連した食指導を行っています。
- 保護者を対象に中学校給食試食会を実施しています。
- 生徒を対象とした「中学生のための料理教室」を開催しています。
- 給食調理の苦勞を知り、感謝の気持ちをもって給食を喫食してもらうように中学校給食センターの調理工程等を紹介した動画を作成しました。その動画を全中学校に配布し、全生徒に紹介しています。
- 調理委託業者の協力のもと、毎日の全クラス別の残食量を献立別に計量しています。全クラス別の残食量データを活用し、残食量の結果や推移を学校にフィードバックすることで学校での食べ残し削減に活用してもらっています。また、学校・学年・クラス別に月間・学期単位で表彰を行うことで生徒達に食べ残し削減の意識を促進しています。この取り組みと学校の熱心な指導のおかげで、今年度は全校平均の残食率が4%台と好調です。
※主食は学校別・牛乳は不定期に調査



■ 栄養教諭支援セミナー

平成28年度栄養教諭支援セミナーは、①食に関する指導の授業作り、②食における行動障がいについて、③心理療法の有効的な活用方法についての研修など計14回実施し、94名の受講生が熱心に学ばれました。



▲食に関する指導の授業作り第7回参加者

受講生の感想

- 発問のしかたや板書・ワークシートの作り方を具体的に指導していただき勉強になりました。授業の組み立て方・教科との関わり方などを学び、実際に発表することで、身をもって学べて良かったです。同じテーマでの全員発表は大変勉強になり、これからの授業作りに役立てたいと思います。
- 子ども達の“ちょっと困った行動”には、その理由があり、それを分析する手立てがあるという事が作業療法士の観点からお話が聞けて大変参考になり、目からうろこで本当に興味深かったです。今回の内容を持ち帰り、他の栄養教諭の方とも共有したいです。
- 「相手の話を聞く」ことの奥深さや意味を考える事が出来ました。中学生は、迷いや悩みも多いが素直に表せない時期でもあり、発する言葉に対してこちらがどう受け止めて接すればよいのか参考になりました。

■ 食育授業作り グループ別指導

今年度は堺市・枚方市グループが受講され、専門講師の指導の下、公開授業へ向けての授業作りを5回にわたって行いました。

● 堺市立八田荘小学校



森山先生(担任)

国語科6年生
「春を待つ冬」
光村図書

子どもたちにとって馴染みの少ない二十四節気だったのですが、季節の区切りの一つひとつで立ち止まり、衣食住の変化、植物や昆虫の様子などに目を向けていきました。取り組みを続けていくことで、徐々に発表が深まっていくのを感じました。「食育」を授業に取り入れることで、学習内容がより広まり、より深まっていくのだと分かりました。当日も盛り上がりのある授業となり、大変うれしく感じました。



富永先生(栄養教諭)

食育授業作りグループ別指導を受講し、栄養教諭が授業すべきこと、時間配分や取り上げる題材など、授業実践について詳しく学ぶことができました。グループの栄養士だけでなく担任の先生とも、何度も内容について検討を重ねたことで、児童が季節の言葉や、行事の食べ物を身近なものに感じることができる楽しい授業となりました。



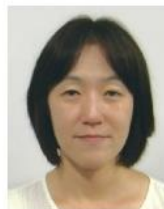
● 枚方市立香里小学校



畑中先生(担任)

国語科2年生
「見たこと・感じたこと」
光村図書

私にとっては初めての教科を主とした食育の授業でした。何から取り組めばいいかわかりませんでしたが、日下先生や、栄養教諭、学年、校長先生など、いろいろな方たちにご指導いただき、授業の日を迎えることができました。子どもたちは、栄養教諭がT2として入ってくださったことで、詩を作るために必要なイメージマッピングを、自分の気持ちも含めて広げることができました。



山本先生(栄養教諭)

今年度グループ指導に参加させていただきました。国語科で食育の授業をすることは私には初めてのことでした。日下先生に国語科の視点からどうすれば食が活かせるのか、また、教科の学習が深まるのかを細かく指導していただきなんとか授業発表に至ることができました。学年の先生と普段経験できない授業づくりなど勉強になることばかりでした。学んだことを活かし、様々な学年で教科と関連した食育を進めようと思います。



大阪府学校給食献立講習会

- 日程** 平成29年2月2日(木) 14:00～
会場 大阪ガスッキングスクール淀屋橋
内容 「大阪の地場産物及びCa・Fe・食物繊維豊富な献立」
講師 インストラクター 山野 智子氏

- 実習献立**
- ① 和風カレーピラフ
 - ② おからこんにゃくでミートソース風グラタン
 - ③ 豚肉とふきのすき煮
 - ④ ひじき入り豆腐団子のみたらし風
 - ⑤ ごまたっぷりサラダ
 - ⑥ カルシウムたっぷり小松菜コーンスープ
 - ⑦ 小松菜とりんごのミルクケーキ

- 作り方** 7品のうち4品の調理方法を記載します。
 ホームページには全て記載しますのでご覧ください。
 ※材料の赤字は大阪府学校給食用取扱い物資です。



献立講習会レシピ



おからこんにゃくでミートソース風グラタン

(1人あたり Ca:180mg、Fe:0.8mg、食物繊維:5.8g)

●材料(1人分)

たまねぎ	20g	ひよこ豆(水煮)	10g	スライスチーズ	
ピーマン	5g	国内産トマト缶詰(水煮)	75g	(溶けないタイプ)	1枚
しめじ	12g	トマトケチャップ	3.7g	米油	適量
エリンギ	12g	塩	適量		
おからこんにゃく	25g	マカロニ	20g		

- 作り方**
- ① たまねぎ、ピーマンは粗みじんにか切る。
 - ② しめじは石づきを取って小房にわけ、エリンギは石づきを取って短冊切りにする。
 - ③ フライパンに米油を熱しておからこんにゃく、①、②を炒める。
 - ④ ひよこ豆、国内産トマト缶詰、トマトケチャップを加えて中火で水気がなくなるまで煮詰める。
 - ⑤ 塩を加えた熱湯でマカロニを茹でる。
 - ⑥ オープン皿にアルミ箔を敷き、水気を切った⑤を敷き詰める。④を上からかけて、スライスチーズをのせ、温めたガスオーブンで焼く。 **230℃ 約5分**
- おからこんにゃくの一部分を合挽き肉にすると、よりミートソース風になります。
 - マカロニをご飯に変えてドリア風にしてもよいでしょう。

ひじき入り豆腐団子のみたらし風

(1人あたり Ca:64mg、Fe:0.8mg、食物繊維:1.1g)

●材料(1人分)

木綿豆腐	25g	(a) 塩	少々	(b) 砂糖	2.3g
豚ひき肉	25g	酒	1.2g	しょうゆ	6.5g
大豆の華(繊維)	4g	黒ごま	2g	みりん	6.5g
		青ねぎ(小口切り)	2.5g	片栗粉	0.4g
		ひじき	5g	米油	適量



- 作り方**
- ① 木綿豆腐はペーパーに包んで軽く水切りする。
 - ② フードプロセッサーに①、豚ひき肉、大豆の華を入れて混ぜ、(a)を加えてさらに混ぜる。
 - ③ ②をボールに取り出し、黒ごま、青ねぎ、ひじきを加えて混ぜ、2等分にする。
 - ④ フライパンに多めの米油を熱し、③をスプーンでまとめながら入れ、揚げ焼きにする。
 - ⑤ 鍋に(b)を合わせて火にかけ、トロミがつけば④にからめる。
- 豚ひき肉を減らして木綿豆腐や大豆の華を増やすとやわらかい触感になります。
 - 豆腐団子は野菜と一緒に炒めて、みたらしあんを中華あんや和風あんに変えるとボリュームがでます。



ゴマたっぷりサラダ

(1人当たり Ca:67mg、Fe:0.6mg、食物繊維:1.2g)

●材料(1人分)

にんじん	5g	ひじき	6g
ロースハム(スライス)	5g	すりごま	2.5g
小松菜	15g	ごまドレッシング	適量
塩	適量	米油	適量
もやし	15g		

- **作り方**
- ① にんじんとロースハムは4~5cm長さのせん切りにする。
 - ② 小松菜は塩を加えた熱湯で茹でて氷水にとり、水気を切って4~5cm長さに切る。
 - ③ もやしはサツと茹でる。
 - ④ フライパンに米油を熱し、①~③を順に炒めて、ひじき、すりごまを加えてさらに炒める。
 - ⑤ 器に盛り付けてごまドレッシングをかける。
- 茹でる作業はスチームコンベクションでもよいでしょう。
 - ほうれんそう、とうもろこし、ごぼうのささがき、ちくわ、さつま揚げなどお好みの具材でアレンジしてもよいでしょう。

小松菜とリンゴのミルクケーキ

(1人当たり Ca:106mg、Fe:0.8mg、食物繊維:0.3g)

●材料(マフィンカップ 4コ分)

小松菜	30g	〔	薄力粉	80g
塩	適量		(a) ベーキングパウダー	小さじ1/3(1.3g)
りんご缶詰(甘煮)	50g		脱脂粉乳	8g
卵(L寸)	1個		バター(食塩不使用)	70g
黒糖	40g		白ごま	大さじ1/2(4.5g)



- **作り方**
- ① 小松菜は塩を加えた熱湯で茹でて氷水にとり、水気を切ってみじん切りにする。
 - ② りんご缶詰は汁気を切って7~8mm角に切る。
 - ③ ボウルに卵を割りほぐし、ふるった黒糖を加えて混ぜる。
 - ④ ふるった(a)を加えてサクッと混ぜる。
 - ⑤ バターを湯せんで溶かして④に加え混ぜる。
 - ⑥ ①、②、白ごまを加えて混ぜ、型に流し、温めたガスオーブンで焼く。 **180℃ 18~20分**
- 黒糖は上白糖、三温糖、グラニュー糖に変えてもよいでしょう。
 - パナナやくるみ、レーズンなどもオススメです。



献立講習会で使用した給食会物資

参加者の声

- 給食でCa・Fe・食物繊維はなかなか摂りにくい栄養素なので、今後の献立作成にとっても参考になりました。
- 給食献立にアレンジできそうな献立で、子どもにも食べやすそうだったので、ぜひ活かしていきたいと思います。
- 新しいアイデア、そして短時間でできる献立が多かったので参考になりました。
- 普段使わない食材を使うことができたので良かったです。大阪府学校給食会の商品も使用させていただき、味や注意点などに気付くことができました。
- ひじきを使った献立が大変参考になりました。



■ 大阪府学校給食用物資運営委員会

- 第3回開発選定小委員会…平成29年 2月 7日(火) 給食会会議室
- 品質小委員会 ……………平成29年 2月17日(金) 給食会会議室
- 第3回全体会 ……………平成29年 3月 3日(金) 赤十字会館401会議室

「第3回開発選定小委員会」では、昨年12月の「一般物資展示会」での来場者アンケートの結果、取扱希望を多く頂いた「国産トマト(レトルトパウチ)」他を大阪府学校給食用物資として新規に取扱うか等の審議を行いました。

また、「品質小委員会」では、来年度取扱予定の果実缶詰等の味覚審査等を行いました。

そして、「第3回全体会」では、平成29年度第1学期の大阪府学校給食用一般物資売渡価格等に関する審議及び各小委員会の経過報告が行われた他、アレルギー対応食品製造メーカー3社の各担当者を招き、「アレルギー」についての勉強会を実施しました。



開発選定小委員会(審議の様子)



品質小委員会(国産・外国産コーンの比較)



全体会(アレルギーの勉強会)

■ 焼き海苔・味付け海苔(大阪府学校給食会取扱い物資)製造工場の安全・安心確認に行ってきました。

平成29年1月26日和歌山県御坊市学校給食の「磯和え」、2月16日東京都立川市学校給食の「親子丼」、また2月末には小平市学校給食「炊き込みご飯」が原因食とされる集団食中毒事件が発生。その病因物質が同一型のノロウイルスで、共通の食材として使用された【刻みのり】が原因と推定されたことで、広く海苔製品の安全性が心配されています。

当給食会では取扱い物資製造工場の視察を順次行っており、海苔製品製造工場である下記の工場に対しても、平成26年12月に立入り調査を実施し、衛生に対する前向きな姿勢等に好感を得ていました。

この度の食中毒事件発生を受け、平成29年3月6日に衛生担当参事と物資担当者の2名が当該製造工場に出向き、細部の調査、特にノロウイルス対策の更なる充実を図り、衛生確保の徹底を要望すると共に、取扱い物資の検体採取を行いました。

後日、検査機関でRT-PCR法によるノロウイルス検査を行い、全て陰性(-)の結果でありました。

今後とも各市町村学校給食の皆様に、安心して使用して頂ける給食物資となるよう努めてまいります。

● 海苔製品製造工場 岡田海苔株式会社 長野県長野市若里6丁目5-30



海苔包装機



海苔選別機

■平成29年度 学校給食普及充実及び食育支援事業(前期案内分)

栄養教諭支援セミナー

学校給食を活用した食育を推進するため、“広げよう食育の輪”をテーマに栄養教諭や学校栄養職員の職務能力の向上を目指した種々の研修を実施します。担任の先生方も一緒にご参加お待ちしております。

今年度は「食に関する指導の授業作り」の研修や作業療法士の先生による「食における行動障がい」、「臨床心理士による心理療法の有効的な活用方法について」の研修等を予定しています。



出前パン作り教室

講師の先生、担当パン工場の職員、当給食会の職員が府内市町村の学校に出向き、パン作り教室を実施します。

給食のパンの生地を使用しての形作りや、工場で給食のパンが作られるまでの映像を見て、できあがったパンを試食していただきます。年間20箇所程度の訪問を予定しています。



食育教材等貸出事業

府内市町村教育委員会・学校及び学校給食関係者を対象に食育教材や検査機器、栄養管理ソフトを無償で貸出します。

貸出品につきましては、当給食会ホームページ(<http://oskz.com>)→食育教材等貸出→貸出可能な教材一覧にてご覧いただけます。



出前魚講習会 ～おいしいねんで魚庭の魚～

府内で獲れる魚の種類・時期・主な漁法や魚の栄養等を知り、命の大切さ、生産にかかわる人達の努力や食への感謝の念を育む心を養うことを目的に実施します。



おおさか学校給食 献立コンテスト募集

〔テーマ〕こんな給食たべたいなあ！
『魚大好き！スペシャルメニュー』



食育推進助成事業

府内の食育事業を実施している団体(学校やPTAなどの任意団体)が行う親子料理講習会・食に関する講演、その他、地場農作物を使用した行事などに、助成金を交付します。



バケツ稲作りもみ種の配布

関係市町村・学校へバケツ稲づくりのためのもみ種の配布を行います。

バケツの中に小さな田んぼを作り、もみ種から稲を育てお米を収穫します。米作りを体験することにより、生産者の苦勞を知り、感謝の心を育てる事を目的としています。



今年度も上記事業を実施予定です。
募集のご案内はメールもしくは、給食会ホームページの普及充実・食育に掲載します。
お問合せは食育・安全課(TEL 06-6942-3839)までお願いします。



■平成29年度「年間行事予定」

月		行事名
4月	上旬	第52号「おおさかの学校給食だより」発行
	上旬	パン・炊飯指定工場事務連絡会
	下旬～10月末	「おおさか学校給食献立コンテスト」募集
5月	中旬～6月下旬	牛乳工場巡回調査
6月	中旬～下旬	製粉工場巡回調査(パン用小麦粉)
7月	上旬	第53号「おおさかの学校給食だより」発行
	下旬	第1回物資運営委員会
	21日	第71回大阪府学校給食大会(大阪市中央公会堂)
	26日	学校給食展示・試食会
8月	上旬	パン実技講習会(2日間)
	上旬	「おおさか食育フェスタ2017」出展
	中旬	学校給食管理システム講習会(2日間)
9月	上旬	物資運営委員会 第1回開発選定小委員会
10月	上旬	第54号「おおさかの学校給食だより」発行
	中旬	精米(新米)試食会
	中旬～翌年2月	パン・炊飯指定工場巡回調査
	下旬	物資運営委員会 第2回開発選定小委員会
11月	上旬	安全衛生講習会(工場等の関係先対象)
	中旬	パン品質審査会
	下旬	第2回物資運営委員会
12月	25日	献立コンテスト表彰式・食育講演会・一般物資展示会(大阪市中央公会堂)
1月	上旬	第55号「おおさかの学校給食だより」発行
	下旬	物資運営委員会 品質小委員会
2月	9日	学校給食献立講習会
	中旬	物資運営委員会 第3回開発選定委員会
	下旬	第3回物資運営委員会



パンタン

※栄養教諭支援セミナー、出前パン作り教室、出前魚講習会を年間通して実施します。

■大阪府学校給食会設立60周年記念事業の紹介

巻頭言の常務理事の挨拶にありましたように、当給食会は平成29年度で60周年を迎えることとなります。記念事業としていくつか紹介させていただきます。

●今年で11年目の献立コンテストの記念事業

- ・60周年特別賞
- ・応募者に記念品の贈呈 など

●60周年特別講演会

- ・開催日 平成29年12月25日(月)
- ・中之島中央公会堂にて設立60周年特別講演会
- ・学校給食関係者へ感謝状の贈呈
- ・物資展示会 など

●大阪の郷土料理集発行

さまざまな記念事業をお楽しみに!!



コメタン

■ 新選定商品の紹介

あじ松葉開きフライ

「松葉開き」とは日本の料亭等で行っている魚のさばき方で、魚のお腹に固い骨があり、それを開いているさばき方です。揚げた後でも割れる事のないようにしています。

また、小麦粉の中に鉄分を入れており、「鉄分強化」の商品としています。

- メーカー：ピアット ●取扱業者：太平物産
- 使用方法：170℃～180℃の油で4～5分揚げてください。

●売渡価格(税込) ※平成29年度1学期分の価格です。

規格	保存方法	賞味期限	センター・単独校(税込)	備考
40g	冷凍	365日	55円(税込)	鉄分強化(1.8mg/40g)
50g	冷凍	365日	64円(税込)	鉄分強化(2.3mg/50g)



■ 一般物資工場視察

- 清水冷凍株式会社 …… 平成29年3月9日(木) あじ松葉開きフライ
- 株式会社はくばく …… 平成29年3月10日(金) もち麦、押麦、米粒麦

当給食会の取扱物資である「あじ松葉開きフライ」の清水冷凍株式会社、及び「押麦」、「米粒麦」や「もち麦ごはん」を製造している株式会社はくばくの工場視察を行い、工場内の衛生状況、施設設備、また、生産能力等を確認してきました。

■ 清水冷凍株式会社

3学期から採用を始めた「あじ松葉開きフライ」の製造確認を行いました。製造工程に沿って説明をいただき、倉庫の原料保管の状況、取扱物資の他県での実績等の話も聞くことが出来ました。

● あじ松葉開きフライ工場



■ 株式会社はくばく

「押麦」、「米粒麦」と、1学期から採用を始めた「もち麦ごはん」の製造状況の確認をしてきました。使用原料から徹底した安全確保を実施し、衛生管理の充実した工場設備で製品が製造されていました。

● 押麦、米粒麦工場



● もち麦ごはん工場



■ 出前魚講習会(和泉市立南松尾中学校)

2月1日(水)に和泉市立南松尾中学校2年生17名の参加で出前魚講習会(試行)を行いました。
大阪府漁業協同組合連合会の講師による「魚のさばき方」の実演を興味深く熱心に見入っていました。

アジの3枚おろし ▶ 皮を引き ▶ 骨取り ▶ ねぎ・しょうが・みそなどを入れて細かくきざみ ▶ つみれ汁



細かくきざんで…

「つみれ汁」を
作りました。大変
おいしかったです!

感想

- 生の魚をさばくのは初めてで、思っていたより難しくなく楽しくできた。家でもやってみたい。
- 大阪湾の魚のことを知って勉強になりました。もっと魚を食べてみたい。
- さばくのは大変だったけれど、つみれを作っているとき楽しかったので、家でも家族に作ってあげたい。



食育講座

なにわの郷土料理



若ごぼうのかき揚げ

若ごぼう(「葉ごぼう」または「矢一ごんぼ」ともいう)は、春を運ぶキク科の野菜で、大阪府八尾市の特産野菜です。秋に種をまき、冬にいったん葉が枯れて早春に新しく出た芽が成長して2~3月に収穫する「春を告げる野菜」です。早春の香り豊かな野菜です。

ごぼうの一種なので、水につけてあく抜きをしてから調理します。食物繊維や鉄分、カルシウムが多く含まれている栄養価の高い野菜です。また、葉には抗酸化物質の「ルチン」が多く含まれており、「ダッタンソバ」に匹敵するほどです。

食物繊維は、さつまいもの1.4倍、鉄分は、ほうれんそうの1.6倍です。

材料

若ごぼう……………300g
にんじん……………50g
卵……………1個
小麦粉……………2/3カップ
水……………100ml
塩……………小さじ1

作り方

- ① 若ごぼうの根はさがきに、茎は3~4cmの斜め切りにして、水に10~15分つけてあく抜きをする。
- ② 小麦粉・卵・水・塩で衣を作り、①の若ごぼうを少しずつ束ねて衣をつけ、170℃位の油で揚げる。



郷土料理研究会より

編集後記



平成29年度がスタートしました。

本年度は当給食会の設立60周年になります。記念としての行事等も考え、心に残る1年にしたいと思っております。

これからも「学校給食物資の安全・安心と学校給食の普及充実」と、ますますの「広げよう 食育の輪」を目的に幅広く展開してまいりますので、皆様のご理解とご協力をよろしくお願いいたします。

本号発行に際し、ご多忙中にもかかわらず快くご寄稿いただきました方々に厚くお礼を申し上げます。