

学校給食の行事あれこれ

地産地消に関する取り組み

地産地消とは、地域で作られた農作物を、その地域で食べることです。新鮮なものを食べることができ、農家の人の顔が見えて安心です。

収穫体験

九月二日に白山小学校四年生の皆さんが市内の尾関農園を訪れ、巨峰の収穫作業を体験しました。



「巨峰は収穫したのち、重さや長さ、甘さなどを調べました。その後の試食では、「甘くおいしい」「今までは食べられなかったけれど、食べられるようになった」などと、笑顔で巨峰を味わいました。

この日収穫した巨峰は、九月六日の給食に出されました。

ふれあい給食

市内で収穫された農産物を材料に使った給食です。今年度はじゃがいも、うちわサボテン、巨峰、とうがんだなどが使われました。写真は給食の日に農家の人や栄養士が大手小学校を訪れ、作物を育てる過程や栄養、調理などの話を聞き、一緒に給食を食べた様子です。



愛知を食べる学校給食の日。春日井だけでなく、愛知県産の食品を使った給食です。春日井市、小牧市、豊山町、碧南市、西尾市など、県内のいろいろなところで作られた食品がいつか食べたい。

シェフの学校給食

今年度から始まった、ホテルプラザ勝川の料理長・大鹿裕司さんのレシピをもとに作られた給食です。給食の日には、シェフが学校を訪れ、家でも作れるレシピの紹介や世界三大珍味の話など、食に関する授業も行っています。



給食にはデミグラスソースの煮込みハンバーグ、フライドチキン、カレー風味、里芋ビーフシチューなどが登場しました。十二月、二月にも行われる予定です。皆さん楽しみにしてください。

夏休み親子料理教室

給食の人気メニューを親子で作る料理教室が毎年夏休みに開かれています。今年は夏野菜カシ、ゴーヤチャップル、フルーツポンチを作りました。いつもは学校で、友達と一緒に食べている給食のメニューを、家族で楽しく食べてみるのも新鮮ですよ。



また、自分たちで作ることで、さらに食の大切さや食への興味を感じることができるのではないのでしょうか。

作ってみよう！給食メニュー「煮みそ」

季節の野菜や地元でとれる食材と豆みそ（赤みそ）、だしを一緒に入れて煮込んだ料理を「煮みそ」「みそ煮」などと呼び、寒い冬のおかずとして県内各地で食べられています。宮重だいこん、八事五寸にんじん、越津ねぎなどの愛知の野菜をたっぷり使しましょう！家族みんなで作れば、食事中の会話も盛り上がりそうです。



- ＜材料・分量＞（4〜5人分）
- だいこん 150g（6cm程度）
 - さといも 150g（3個）
 - にんじん 100g（1/3本）
 - ねぎ 50g（1/2本）
 - 豚肩肉 50g
 - いか 50g
 - 煮込みちくわ 75g
 - こんにゃく 100g
 - 豆みそ 30g（大きじ弱）
 - 砂糖（ひめ） 10g（小さじ2）
 - 酒 5g（小さじ1）
 - だし汁 230ml

作り方

- ① だいこんは1cm、にんじんは0.5cmのちくわ切り、ねぎ・煮込みちくわは小口切り、いか・こんにゃくは短冊切り、豚肩肉は薄切り、さといもは一口大に切る。
- ② 鍋で豚肉を炒め（炒め油は使わずに、豚肉の油で炒める）、こんにゃくに、だいこん、だし汁を入れて煮る。
- ③ 野菜が少し柔らかくなったら、さといも、こんにゃく、ちくわ、砂糖、酒、豆みそを入れて煮込む。
- ④ いか、ねぎを入れて一煮立ちしてできあがり！

給食を作っている方に聞きました

学校給食センター学校栄養職員 佐藤寿子さん

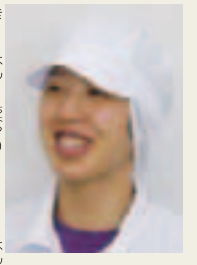


給食の軸は「学校給食摂取基準」に従って、栄養バランスがよいように作ります。特に、成長時期に必要なものや、家庭でとりにくいものなどは多めに考えています。

給食は栄養面以外に、楽しく食べられることももちろん、「食育」の教材としての役割もあります。給食を通じて、栄養のとり方や食材選びの仕方、生産流通、食べ物に対する感謝の気持ちなど、多くのことを学んでほしいので、それらも考えながら献立を作るのとても大変です。また、忘れられがちな地域の行事食、伝統食なども取り入れています。

給食は栄養バランスを考えて作っていますが、それだけで全ての栄養をとることはできません。最近では、朝ごはんを食べない子は減っていますが、主食・主菜・副菜・汁物など、きちんと食べている人は少ないようです。家庭でも、給食で学んだ食事のバランスの知識を生かしてほしいものです。

前並調理場調理員 稲垣幸子さん



前並調理場では、毎日約8000食の給食を作っています。材料を洗う班、切る班、調理をする班などで分担して作業をしています。特に衛生的なことにはとても気を使います。

材料は大変な量ですので、イモなどを運ぶのも重いですし、野菜を洗うだけでも1時間以上かかることもあります。約1000人分の給食を調理できる大きな釜をいくつも並べて調理しているので、夏はとても暑くて苦労しますが、いかにおいしく作るかをいつも考えながら、心をこめて調理しています。

私たち調理員は、いつも皆さんがおいしく残さず食べてくれることを願っています。給食が終わり、返ってきた食卓を見て、空になっていると本当につれいす。給食には家で食べるものとは違うメニューもありますし、いろいろな料理を知る機会にもなると思います。苦手なものや普段食べ慣れないものも、家庭とは味付けや調理方法も異なりますので、食べられるきっかけになると嬉しいです。