

とうきょうとの

学校給食

No.445

平成30年
12月20日

編集・発行/公益財団法人東京都学校給食会

〒113-0021 東京都文京区本駒込5-66-2 TEL 03-3822-9391 FAX 03-5815-7099

- 2P 学校紹介 都立大泉高等学校附属中学校
家庭科「食事バランスガイド」～コマモデルを使用した実践例～
- 4P 食品豆知識(その15)
キューピー エッグケア(卵不使用)について
- 6P 取組紹介 東京都農業振興事務所
都内産農産物を都心の学校給食へ!
～とうきょう元気農場の取組について～
- 7P 給食会だより

産地調査「スイートコーン」「秋田県産萌えみのりデビュー!!」
平成30年度 オリンピック・パラリンピック関連講習会 報告
平成30年度 学校給食用物資加工工場見学 報告
味めぐりカフェ(第2回報告、第3回のお知らせ) 他

給食会物資は安全第一を心がけています

<http://www.togakkyu.or.jp>

都立大泉高等学校附属中学校

家庭科「食事バランスガイド」

「コマモデルを使用した実践例」

栄養教諭 加納 敦子

中学1年生の家庭科での 取り組み

「先生、このコマ、ハンドメイドですか？」授業終了後こんな質問が来ることもあります。

技術・家庭 家庭分野（開隆堂）のB食生活と自立 1健康と食生活 5 食事の計画では、家庭科教諭とT・Tで授業を行っています。

中学校では食品を6群に分ける「6つの基礎食品群」で栄養のバランスを教えています。

「食生活指針」（平成12年3月）を具体的に結び付けるものとして、平成17年6月から「食事バランスガイド」が使用されるようになりました。小学校で「赤黄緑の食品」、中学校は「6つの基礎食品群」で児童・生徒に指導してきて、「食事バランスガイド」は、教科書に載ってはいいても積極的に取り組みづらい題材の一つでした。その重い



高校1年生 保健体育 料理カード

腰を上げることになったきっかけは、昨年度、本校の家庭科教諭から「先生、一緒にやりましょう！私も『食事バランスガイド』を勉強します。」と授業を持ちかけられたこと、もう一つは、学校給食会が貸し出している教材の中にコマモデルがあったことです。

「食育」の授業をする際に、どんな教

材を使うかで授業は変わってきます。児童生徒が興味を持つ教材を手作りするのは大変ですが楽しいものです。

家庭科で「食事バランスガイド」の授業が決まった時に、どんな教材を使って説明するか考えました。教科書の表だけで説明するか、折り紙でコマを作るものや、手作りでプリントにコマを印刷して料理カードを貼って説明するか悩んでいた時に、学校給食会の貸し出しのバランスコマを知りました。バランスコマは「主菜」「主食」「副菜」「くだもの」「乳製品」に色分けされ、それぞれのs vの単位ごとに取り外しがで

きるようになっていきます。付属品としてマグネットがついた料理カードがあり、コマに貼り付けて使用できます。

家庭科の授業の中で「6つの基礎食品群」を活用して1日の献立を作成させます。朝食と昼食（給食）の食材を6群に分けてワークシートに書き込み、バランスを見て夕飯の献立を生徒に立てさせます。その後、6群とは違うやり方で食事のバランスをみる方法として、バランスコマを使い「食事バランスガイド」を説明します。バランスコマは立体で色彩もカラフルで、教室の後方まで十分に見える大きさなの



中学1年生 家庭科 バランスコマを使用した授業

で、視覚にうったえやすいため、生徒たちが料理から考える栄養のバランスをバランスコマを活用することで理解しやすくします。また、「日本型食生活」「和食」（二汁三菜と絡めて授業を進め、生徒の献立に関する興味関心が高まるようにしました。

授業中にも「料理から考えるほうが献立を立てやすい」「栄養から立てるのが面白い」などの感想が聞ける場面もありました。

今後は、「食事バランスガイド」の具体的な説明をするだけになっていない現状を、一歩進めてバランスコマを活用して具体的に献立をs.vに分け実践に結び付けていけるようにするのが課題と考えています。

市販の教材を活用した食育の取り組み

● 高校1年生の保健体育での取り組み

高校1年生の保健体育の中では群羊社の「そのまんま料理カード」、食事バランスガイド編、外食・食食+家庭のきほん料理を活用しています。「そのまんま料理カード」は練馬区中学校研究会食育部会が所有している物を貸し出してもらっています。現代高等保健体育(大修館書店) 保健編 現代社



高校1年生 保健体育 料理カードを活用した授業

会と健康 6 食事と健康でエネルギー必要量を指導する中で、献立を作成させカードを利用することでエネルギー必要量を理解させやすくなりました。

● 給食指導中での取り組み

1月の学校給食週間中は学校給食会からフードモデルを借りて食堂に展示しています。少年写真新聞の「給食ニュース」の学校給食週間の特集記事と本物のトビウオも一緒に展示します。学校給食週間の間は給食委員会が給食時間中の放送や掲示板を利用して「学校給食週間」の説明をします。



給食指導 学校給食週間

給食と結びつけられる掲示物は、食堂前に掲示し給食委員会の活動や、給食三便りを通して給食指導に活用しています。



給食指導 食堂前掲示

「ハンドメイドですか?」の生徒の質問のように手作りの教材はインパクトがあり印象に残ります。ですが、日々の業務もこなして毎回手作りの教材を用意するのは、時間的に厳しい場合もあります。市販の教材も指導内容に適したものが見つければ授業に活用することも一つの方法と考えます。

キューピー エッグケア(卵不使用)について

キューピー株式会社 フードサービス本部 営業部 学給・料飲チーム 小泉 直子

◆ マヨネーズの歴史

18世紀半ば、スペインのメノルカ島でフランス軍のリシュリュー公爵がお肉に添えられたあるソースに出会い、とても気に入りました。後にパリで「マオンのソース」として紹介し、「マオナーズ」と呼ばれ、その後「マヨネーズ」となりました。その約160年後、キューピー株式会社の創始者中島重一郎が、アメリカで野菜サラダに使われていたマヨネーズに出会います。帰国後、中島は日本人の体格向上を願って、当時の輸入品と比べて約2倍の卵黄を使った栄養価の高いマヨネーズを日本で発売しようと考へました。そして1925年日本国内で初のマヨネーズ、「キューピーマヨネーズ」が製造されました。(写真①)



写真① 発売当時のマヨネーズガラス瓶

◆ エッグケアの特徴

キューピー エッグケア(卵不使用)はキューピー独自技術により卵を使用せずにマヨネーズのコクを再現したマ

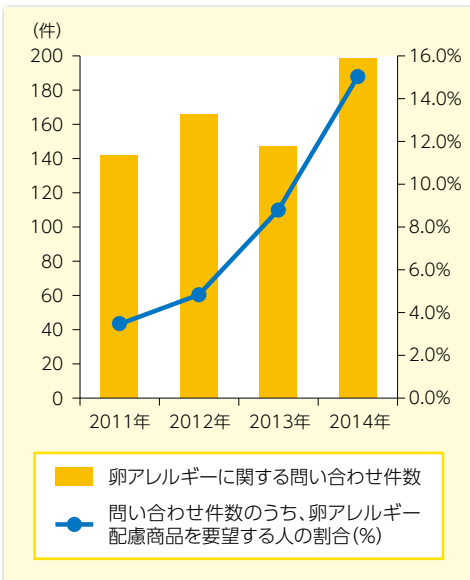
ヨネーズタイプの調味料です。配合の工夫でさらにアレルギーを配慮しました。マヨネーズ同様、様々なメニューにお使いいただけます。

(本品は卵を含む商品と共通の設備で生産していますが、製造前に十分な洗浄を行っています。)

◆ 開発背景

文部科学省が2013年に発表した「学校生活における健康管理に関する調査」によると小中高生の食物アレルギーの有症者の割合は2007年の2.6%から2013年は4.5%へと高い伸びを示しています。キューピーのお客様相談室にもマヨネーズの卵アレルギーに関するお問い合わせが増え、卵アレルギー配慮商品を要望する人の割合が増加しています。(グラフ①)

原材料の「卵」



グラフ① 卵アレルギーに関する問い合わせ件数推移(キューピー調べ)

りたいと、商品開発スタートから約2年の年月を経て、ようやく商品化することができました。開発者の子どもは卵アレルギー

が気になるのでマヨネーズが食べられない方にも「マヨ

◆ 開発秘話

マヨネーズの主な原料は「卵」と「酢」と「油」。マヨネーズのおいしさのポイントである、「卵の濃厚なコクとうま味」「卵と油の乳化により得られるなめらかな食感」を卵を使わずに実現することは困難を極めました。開発者は原料の配合や製造方法等について何度も試行錯誤を重ね、試作は100種類以上にも及びました。どうしてもキューピーマヨネーズのおいしさを持つ

た商品を作りたいと、商品開発スタートから約2年の年月を経て、ようやく商品化することができました。開発者の子どもは卵アレルギー

◆ 製造工程の特徴

1. アレルゲン対策

- ・アレルゲン専用秤量室で、専用容器に入れコンタミネーションしないように秤量します。
- ・製造前に十分な洗浄を行っています。

(写真②③)



写真② アレルゲン対応の製造工程



写真③ アレルゲン対応の製造工程

2. (キューピー製品共通) 自社開発の配合事故未然防止システム

QRコードを活用して、原料入荷から製品出荷まで(原料情報、小分け・配合・充填工程管理)を一括して管理しています。(写真④)



写真④ QRコードを利用した配合事故未然防止システム

◆ エッグケア(1kg)の製造工程

1. 原料秤量・配合(写真⑤)

アレルゲン専用秤量室の専用ブースで、専用容器に入れコンタミネーションしないように秤量します。使用する原料に添付されたQRコードを1袋ずつ読み込みながら、配合原料ラベルとマッチングさせ、規定量を秤量します。2次元コードを読み込み、原料を配合していきます。



写真⑤ 製造工程 原料秤量

2. 乳化(写真⑥)

酸化しないように真空状態で乳化します。



写真⑥ 製造工程 乳化・濾過

3. 濾過機(写真⑥)

クリームができたなら、充填する前に異物が混入していない事をモニターリングするために、濾過機を通ります。

4. 充填・外箱入れ(写真⑦⑧)

パイプラインで送られてきたクリームはフィルム内に充填します。併せて商品には賞味期限が印字され、間違いない事を検査機で全数検査し、外箱にロボットで箱入れします。



写真⑦ 製造工程 充填



写真⑧ 製造工程 外箱入れ

5. 封緘・外箱印字

外箱に箱入れした商品を封緘します。その後、外箱の両面に賞味期限を印字します。印字した賞味期限は全数、検査カメラで確認します。

6. 金属探知機・ウェイトチェック(写真⑨)

外箱に箱入れした金属探知機に通し、その後商品をウェイトチェッカーにて抜け荷確認を全数行います。



写真⑨ 製造工程 金属探知機・ウェイトチェック



写真⑪ メニュー(セルフサンド)
※東京都学校給食会にて個包装品の取り扱いはありません。



写真⑩ 商品画像
2019年2月リニューアル

コーンマヨ焼き



子どもたちが大好きなじゃがいもをコーンと一緒に「キューピー エッグケア(卵不使用)」で和え、焼きあげました。レシピはじゃがいもとアスパラガスを使用していますが、旬の野菜、地元の野菜に置き換えてコーンマヨで焼いても、卵除去食にも対応できるメニューです。

◆ 使用材料

(出来上がり目安 1人分)
じゃがいも 50g
グリーンアスパラガス 20g
A キューピー エッグケア(卵不使用) 20g
A スイートコーン(ホールカーネル) 10g

◆ 作り方

1. じゃがいも、アスパラガスは食べやすい大きさにカットし、スチコンで蒸しておく。
2. Aを混ぜ合わせ、1と絡める。
3. アルミカップに入れてオーブンで焼く。

ツナビーンズ



子どもに人気のツナをミックスビーンズと和えました。豆が苦手なお子様にも食べやすい副菜です。パンにはさんでセルフサンドにしても。

◆ 使用材料

(出来上がり目安 1人分)
ツナ(缶詰) 缶詰・油漬 15g
ミックスビーンズ 30g
塩 少々
キューピー エッグケア(卵不使用) 5g

◆ 作り方

1. ツナは油をきっておく。
2. ツナとミックスビーンズを混ぜ合わせ、エッグケアで和える。
3. 塩で味を調える。

都内産農産物を都心の学校給食へ！

とうきょう元気農場の取組について

東京都農業振興事務所 振興課 課長代理 今安 典子

「とうきょう元気農場」とは

新宿から西へ約40kmに位置し、緑豊かな丘陵地帯が広がる八王子市大谷町。中央自動車道八王子ICから約5分のところにある「とうきょう元気農場」は、平成23年度から東京都が運営する農場です。東京都は、都心部の農地のない区の小中学校向けに、都内で生産された新鮮で安全、安心な農産物を届けるため、約6ヘクタールの所有地を活用し、「とうきょう元気農場」を開設しました。

とうきょう元気農場で生産されている農産物

この農場では、八王子市内の農家やNPO法人など生産者の方々の協力により、ダイコン、ジャガイモ、ニンジン、タマネギ等を栽培し、夏から冬にかけて約10種類の野菜等を学校給食へ供給しています。農場開設当初は、雑草の種や肥料不足に苦慮しましたが、土づくりや肥培管理など努力を重ねた結果、昨年度は、都内16区の小中学校291校に約26tの農産物を供給することができ、供給量は年々増加しています。

最も供給量が多い品目は、江戸東京野菜の一つである「大蔵大根」です。江戸時代に杉並区付近で栽培されていた「源内づまり」という大根を、世田

谷区大蔵の石井



大蔵大根の出荷準備の様子

氏が改良したもので、煮崩れしにくく、おでんや煮物に最適です。また、冬至に「万次郎力ポ

とうきょう元気農場で栽培されている農産物

出荷時期	品目	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月
		上中下	上中下	上中下	上中下	上中下	上中下	上中下	上中下	上中下	上中下	上中下	上中下
夏	ジャガイモ				■								◆
	タマネギ				■			●	◆				
秋冬	ダイコン (大蔵大根、青首大根)						●	●	●	■	■	■	
	ニンジン					●			■	■	■	■	
	トウガン			◆			■						
	万次郎力ポチャ			◆						■	■	■	
	サツマイモ			◆					■	■	■	■	
	サトイモ			◆						■	■	■	
	ジャガイモ							◆					
	小麦												

● 種まき ◆ 植え付け ■ 収穫・出荷

農業体験活動の場を提供 「農場体験見学会」

「チャ」を生産し、12月に行事食用として供給しています。

農場では、広々とした栽培環境を活かし、都心部の小中学生を対象に、野菜の収穫作業等を体験する農場体験見学会を年3回開催しています。ジャガイモ掘りやダイコンの収穫など、経験したことのない農作業に子ども達は熱心に取り組んでいます。農業体験のほか、農場で実際に使用しているトラクター等の農業機械を見学することもで

きます。現在、平成31年度の農場体験見学会への参加者を募集しておりますので、お気軽に東京都農業振興事務所までご相談ください。

【URL】 <http://www.agri.metro.tokyo.jp/>

学校栄養士の先生方を対象 に農場体験見学会を開催！

さらに多くの小中学校に元気農場を知ってもらうため、平成30年11月3日に(公財)東京都学校給食会と共催で農場体験見学会を開催しました。当日は秋晴れに恵まれ、42名の学校栄養職員等の方々にご参加いただき、サツマイモや大蔵大根の収穫体験や農業機械の見学等を行いました。参加者からは「生産の現場を見るのができて良い経験になった」、「安心して注文ができます」、「また来年も参加したい」等のご意見をいただきました。



大蔵大根の収穫体験



農業機械に興味津々の子ども達



春作のジャガイモ畑



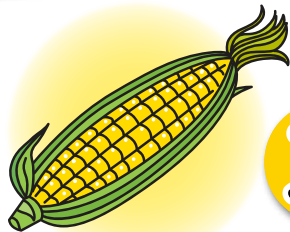
農場入口の案内板



とうきょう
元気農場の
位置図

産地調査

北海道夕張郡由仁町



スイートコーン



本会では定期的に取り扱い物資の産地調査を行っています。平成30年度においても8月31日にホールコーン缶詰及びクリームコーン缶詰を製造している日本食品製造合資会社(以下、日食とします)へ訪問し、とうもろこしの生育状況や収穫量などを確認しましたのでご紹介いたします。日食は北海道夕張郡由仁町にあり、日本で初めてスイートコーン缶詰、コーンフレークやオートミールを製造した会社です。

今年の作況は、8月に雨が多かったことや日照不足の影響で予定していた収穫量と比較すると約20%減となる見込みです。品質については天候不良の影響もあり、小粒の傾向でした。生産者は播種作業から栽培まで行います。収穫については日食の社員が収穫機を用いて行い、訪問した当日も雨が降る中、収穫作業をしていました。とうもろこしは、収穫のタイミングが遅れると熟度が進んでしまうので、悪天候でも収穫は行います。また、連作障害(畑地で同一作物を連続して作付けすると、そ

の作物を好む害虫や細菌が増え、生育が悪くなり、収量が減少することを防ぐため、一般的にはとうもろこし↓小麦↓甜菜↓大豆というサイクルで輪作栽培をしています。輪作は害虫や細菌の大量発生を防ぐことが可能なことから、農薬の使用を大幅に低減する事ができ、環境にも優しい農法です。缶詰に使用するとうもろこしは、特別栽培農産物(その農産物が生産された地域の慣行栽培と比べて節減対象農薬の使用回数が50%以下、化学肥料の窒素成分量が50%以下で栽培された農産物)を使用しています。

収穫したとうもろこしは基本的にその日のうちに製品にし



収穫作業

て、缶には生産者を特定できる記号が印字されます。また、異物除去についても浮遊選別、目視選別、風力選別、磁気選別という多重の異物除去工程を経て製品となるため、安心してご利用いただけます。当工場はとうもろこしを缶詰にする時期のみ稼働し、コーンフレークやオートミールなどは別工場での製造となるため他原料が混入する可能性もありません。

今年は何年より台風などが多く、産地調査後に台風21号による暴風の影響でとうもろこしが倒伏し、収穫量がさらに減少してしまいました。このため、30



製造工程①(選別)

年度産のコーン缶詰については、製造量が減少となりました。また、北海道胆振東部地震では、震源地に近い由仁町でも震度5弱を観測しました。幸いにも人的被害はなく、工場にも大きな被害はありませんでしたが、一部の農家さんの農道が土砂崩れにより遮断され、収穫できない圃場もありました。

今回の調査では生産現場の過酷さや工場での安全・安心への取り組みを確認することができました。本会といたしましても安全・安心な物資の供給に努めてまいりますので今後ともよろしくお願いいたします。



製造工程②(充填)

取扱い開始しました

秋田県産 萌えみのりデビュー!!



本会では11月12日から「秋田県産萌えみのり(精米・無洗米)」の取り扱いを開始しました。

「萌えみのりとは?」

萌えみのりは、国立研究開発法人農業・食品産業技術総合研究機構が「食味が良く、倒伏に強い稲」を目指し開発された晩生品種です。平成21年に品種登録され、平成24年から本格的な栽培が始まり、年々収穫量を増やしています。主な栽培地は東北で、優良産地を指定し、JAに種子を配布し農家が栽培しています。本会は秋田県産を指定し、学校給食用精米としてお届けしています。

秋田県のお米は「あきたこまち」が有名ですが、その後を継ぐ美味しいお米の誕生を願って育成されたのが萌えみのりです。苗を作らず直接田んぼに種をまく直播(じかまき)をしても芽が一斉に萌えて、秋にはたくさんのお米が実ることから「萌えみのり」の名がつけられました。

はえぬきを親に持つ品種で「大粒」「精米白度が高い」ことが特徴です。
(※晩生品種とは、収穫時期が遅い品種のこと)

【系譜と特長】



栽培地区 主に東北地方(秋田県、宮城県、岩手県、山形県等)

特徴 「大粒で適度な粘り」「精米白度が高い」「炊き増える」

栽培特徴 稲丈が短く、倒伏に強いので品質が安定する良食味品種です。

〈稲丈の比較〉

品 種	稲丈 cm
萌えみのり	65
あきたこまち	79
はえぬき	72

【収穫時期の目安】

銘 柄	9月			10月		
	上旬	中旬	下旬	上旬	中旬	下旬
秋田あきたこまち		←→				
青森つがるロマン		←→				
秋田萌えみのり				←→		

*天候や地区により、前後する場合があります。
*収穫後、検査や乾燥調整等を経てから出荷されます。

【産地調査報告】

本会では9月20日に萌えみのりの産地である秋田県横手市を訪問し、秋田ふるさと農業協同組合で今年の作柄概況や今後の生産計画等を確認しました。

秋田県では6月の低温や日照不足により茎分かれが進まなかったため、品質に影響はないが、昨年と比較すると収量は若干落ちることとなりました。

萌えみのりの圃場を視察しました。あたり一面黄金色、穂がたわわに実り頭を垂れています。刈り取り適期まであと少しです。今年10月5日から約2週間に渡り収穫が行なわれました。

収穫されたお米は産地にて放射性物質検査、DNA検査、重金属検査を経て出荷され、本会指定の搗精工場で搗精され、再度本会にて放射性物質検査を実施しています。

窯離れが良く作業性が高くなるのお声もいただいております。適度な粘りと、米のひと粒ひと粒を感じられるお米です。白いご飯はもちろん、べたつきにくいのでカレー、炒飯や丼など多様なメニューに向いています。

新規取扱い銘柄の「萌えみのり」をよろしくお願いたします。



新米の収穫風景

【本会取扱いの米について】

本会では萌えみのりの他、引き続き農薬節減米の「秋田県産あきたこまち」「青森県産つがるロマン」をお届けしています。これらのお米についても、萌えみのりと同様に新米収穫後に産地での各種検査実施後に出荷されています。また学校からサンプリングをして重金属検査、DNA検査、残留農薬検査、細菌検査の実施をしています。

今後も東京都の子ども達に安全・安心で美味しいお米をお届けして参ります。

平成30年度

東京オリンピック・パラリンピック
関連講習会 報告

日時 平成30年11月9日(金) 14時30分から16時30分

講師 サロン・ド・キュイジーヌ 荻野 恭子 氏

演題 世界の食卓から学ぶ文化

I・元気に生きることは、
体内リズムを整えること

食物には旬によって身体を温める食べ物と冷やす食べ物があり、自然の摂理に沿ってそれらをバランスよく摂ることが大切である。(例えば、発酵食品のヨーグルトの旬は夏、麹や味噌の旬は秋・冬である。)

II・世界三大穀物

世界三大穀物は、米、麦、玉蜀黍(とうもろこし)。

それぞれについて、米は魚、麦は家畜、玉蜀黍は野菜(豆)が相性の良い食べ物である。これらは、単に食べ合わせが良いだけでなく、栽培(育てる)過程においても理にかなった組み合わせである。

III・行事食と宗教

キリスト教圏では、パンとぶどう(酒)を大切にしており、特に荻野先生の訪れたアルメニアやジョージアでは、ぶどうの果実はワインに、葉はラップのように食材に巻いて料理に、枝は燃料、ワインから出る「おろし」は、さらに蒸留して酒にする、など一切無駄にしない。
イスラム教圏では、食の規律

は厳しくアルコールや豚肉、鱈のいない魚などは禁止である。一方で、このイスラム教徒の中には、串焼きの豚肉料理を好んで食べる者もあり、食の規律の捉え方には国・地域(個人)差がある。

IV・まとめ

世界の国の料理は、素材を塩で煮炊きすることが基本である。そこにエッセンスをプラスすることでよりその国らしさに近づけることができる。(例えば、塩で煮た食材にヨーグルトを加えるとトルコ風、カレー粉を加えるとインド風、など。)

また、ほとんどの国では料理は薄味で仕上げ、食べる際、食卓で自分の好みの味に調整することが多い。そのため食卓には、多くの調味料が並ぶ。自分好みの味にその国の味となっている。給食で世界の料理を出すにあたっては、本場の味に近づけることで食べにくい場合には、日本人でも食べやすいようにアレンジしても良いと考える。
最後に、子どもたちの食の充実を担う栄養士は尊い職であり、さまざまな食経験を子どもに積ませてほしいとエールを送られた。

荻野先生おすすめ！子どもたちに人気の世界の料理 レシピ

「トルコのミルク粥」 ストゥラッチ
SÜTLAÇ

材料(4人分)

米……………大さじ3
水……………1カップ
牛乳……………2カップ
砂糖……………70g
上新粉……………大さじ1
バニラビーンズ……………適量
シナモンパウダー……………適量



作り方

- 鍋に水・米を入れ、米がやわらかくなるまで中火で15分ほど煮る。
- 1.に牛乳・砂糖・上新粉・バニラビーンズを加えて、とろみがつくまで15分ほど煮る。
- 2.を器に入れシナモンを振る。温かなくても冷やしてもおいしい。

*オーブンでこんがり焼くとフルンダ・ストゥラッチになる。
*バニラエッセンス(少々)でもよい。
*ストゥラッチとは、トルコ語で「ゆるい牛乳」という意味。

「エジプトの炊き込みごはん」 コシャリ Koshari

材料(4人分)

炊きこみごはん

米・水……………2カップ
(米は洗ひザルに上げて水をきる)
塩……………小さじ1
ひよこ豆……………50g
(市販のゆでたパウチパック)
レンズ豆……………大さじ2(洗う)
スパゲッティ……………30g
(3~4cmに折る)
*マカロニでも可
バター……………大さじ1/2

オニオンフライ

玉ねぎ……………1個(薄切り)
上新粉……………大さじ2
揚げ油……………適量

トマトソース

トマトの水煮缶……………1缶400g
水……………1カップ
にんにく……………1かけ(みじん切り)
粉唐辛子……………少々
クミンパウダー……………小さじ1/2
塩……………小さじ1
砂糖・酢……………各少々
イタリアンパセリ……………適宜



作り方

- 鍋に米、ひよこ豆、レンズ豆、スパゲッティ、バターを入れ、水に塩を混ぜて注ぐ。鍋を火にかけ炊く。「中火2分沸騰したら→弱火12分炊く→強火30秒水分を飛ばす→火を止め3分蒸す」
 - フライパンに1cmほどの油を熱し、上新粉をまぶした玉ねぎをきつね色になるまで弱めの中火で揚げる。
 - 鍋にトマトソースの材料を入れ中火で10分ほど煮る。
 - 器に1を盛り、3を上につけ、2を散らす。イタリアンパセリを添える。
- *トマト、レタス、きゅうりなどの野菜を添えるといい。*コシャリとは、「混ぜる」という意味。

平成30年度

平成30年10月1日(月)

学校給食用物資加工工場見学 報告

醤油の製造工場(キノエネ醤油株式会社 本社・工場)
 精米工場(株式会社ヤマタネ 岩槻工場)

行って来ました!



醤油工場 見学



精米工場 見学

醤油の製造工場では、製造～充填・出荷までの全工程を見学しました。作り手の方々の安心でおいしい醤油を届けたいという熱い想いが伝わってきました。

精米工場では、米の納品・貯蔵、精米、精選工程を経て出荷されるまでの工程と無洗米製造の工程を見学しました。米がいくつもの機械を通る過程で精米されると同時に、異物が除去されることから、異物混入を徹底して防ぐための仕組みがあることがよくわかりました。

2つの工場見学を通じて、本会取扱い物資の安全性への理解を深めることができました。

平成30年10月27日(土)実施



味めぐりカフェ

第2回報告

「日本の郷土料理」をテーマに調理実習をおこないました。

情報交換会では「米が学校に届くまで」をテーマに、生産者として全農青森の職員の方、精米を担う株式会社ヤマタネの方々をゲストに迎え、生育⇒収穫⇒精米⇒学校へ納品されるまでの各工程の紹介と、本会担当による産地視察状況の報告をおこないました。

参加者の方からは「充実した郷土料理の内容で、とても勉強になった。」「自校だったらどうやって提供できるか考えながら作れた。」「いつも使用している米の話を書きより安心感を得られた。」「米について勉強不足だったのでお話を伺えてとても良かった。」などの感想が聞かれました。

なお当日のレシピは、東京都学校給食会のホームページに掲載しています。

調理実習のテーマ 日本の郷土料理

● 鶏飯
 (けいはん)
 (鹿児島)



● みそポテト
 (埼玉県)



● 打ち豆汁
 (福井県)



● とふの粉の煮物
 (和歌山県)



● 貝焼き味噌風卵焼き
 (青森県)



● ゆでもち
 (大分県)



● 山賊焼き
 (長野県)



● 幸福豆
 (こぶくまめ)
 (滋賀県)



平成30年度 学校栄養職員 情報交換会



味めぐりカフェのお知らせ

※採用1～10年目程度まで対象が広がりました！
 皆様のご参加お待ちしております。

第3回(平成31年2月2日土曜日)の参加者を募集します。

日時 ▶ 平成31年2月2日(土) 10時から14時

場所 ▶ 東京都学校給食会館

内容 ▶ 世界の料理を給食に出そう! Part4

※内容は変更になることがあります。

対象者：平成20～30年度採用学校栄養職員

定員：36名

申込：申込書は東京都学校給食会ホームページに掲載

締切：平成31年1月21日(月)

応募と同時に参加となりますので、
 欠席の際は必ず事前にご連絡ください。

※応募者多数でご参加いただけない場合のみ
 1月28日(月)までにご連絡いたします。

先日、区部の小学校で給食を試食させていただいた。献立は、さんまの生姜煮、小松菜の和え物、ご飯にみそ汁である。どれも美味しかったのだが、中でもさんまの生姜煮は、長時間煮込んであり骨まで食べられ、美味しさもひとしおであった。これであれば、低学年の児童も喜んで食べられるだろうと得心した。さて、その美味しい手間のかかる給食はどうやって作られているのか。実はその学校は都内でも数少ない児童数が1000人を超える、いわゆる「マンモス校」である。全国で見れば、1400人を超える「超マンモス校」もあるが、人口減少時代に突入し少子化も一層進んでいる現状では、珍しい存在である。単独調理校の限られた設備、人員でその数を賄う労苦が伺われるが、何よりも多くの児童が活気に満ち溢れ、学習に運動に、そして笑顔で給食を食べる様子に、多少大げさだが明日の日本も大丈夫かなと思わされた。

今年一月の住民基本台帳に基づく総務省人口調査によれば、日本人の人口は前年よりも37万4055人減少したという。37万という数は、長野市、豊橋市、高崎市の人口に匹敵する。今後さらにその減少数は増えるの見込まれている。一方、労働力不足を外国人で補っている部分もあり、外国人は前年より17万人余り増加している。多くの学校で外国人の児童生徒が増えているとの話しも聞く。外国人児童生徒への対応は難しい面も多いが、少なくとも給食に関しては、喜んで食べていると思われ美味しかった。ごちそうさまでした。

(龍生)