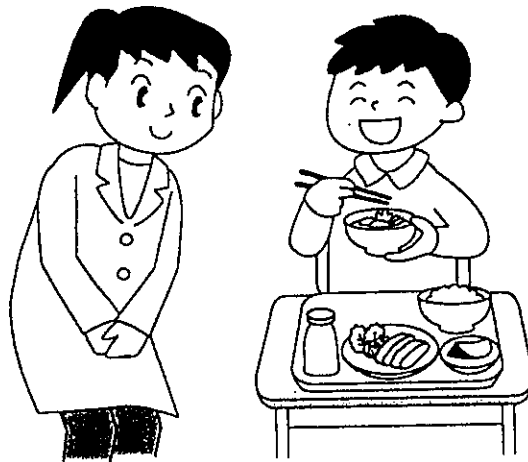
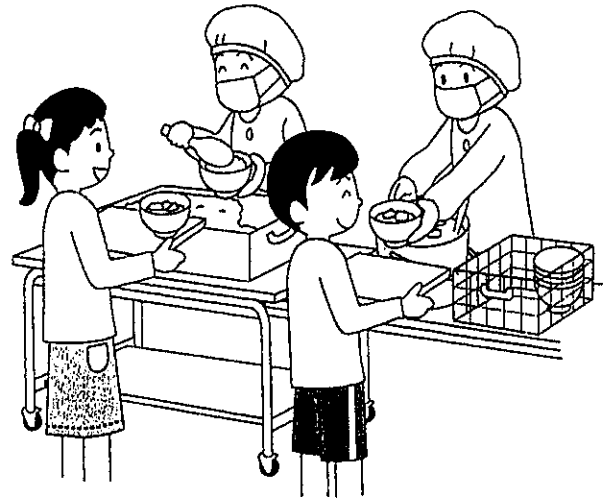


# 給食試食会



平成 30 年 10 月 23 日  
世田谷区立九品仏小学校



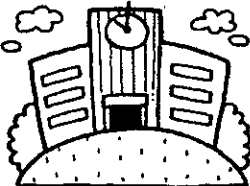

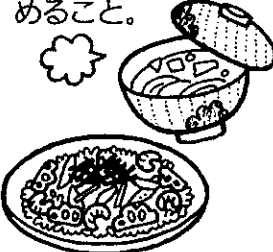
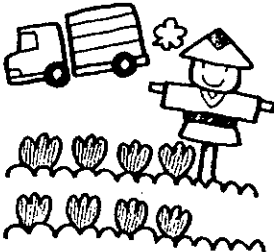
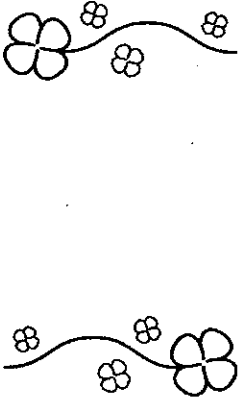
## 学校給食の始まり

わが国の学校給食は、明治のなかば、貧困な子どもたちを救おうとするところから始まりました。戦後、児童・生徒の栄養補給を目的として再開されました。

その後、子どもたちの心身の健全な発達に教育上の役割が認められ、教育活動の一環として、学校給食は定着しました。

## 学校給食のねらい

### 学校給食の7つの目標

<p>①適切な栄養の摂取による健康の保持増進を図ること。</p> 	<p>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。</p> 	<p>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。</p> 	<p>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。</p>
<p>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。</p> 	<p>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。</p> 	<p>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。</p> 	

このねらいを達成するために給食をつくる側と適切に指導する側とが協力しあいよりよい給食にするよう努力しています。

## 児童1人1回あたりの学校給食摂取基準

区分	児童(6~7歳)	児童(8~9歳)	児童(10~11歳)
エネルギー(kcal)	590	640	720
たんぱく質(g)	22	25	29
脂肪(%)	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	2.5未満	2.5未満
カルシウム(mg)	275	290	370
マグネシウム(mg)	70	80	110
亜鉛(mg)	2	2	3
鉄(mg)	3	3.2	3.5
ビタミンA( $\mu$ gRE)	150	170	200
ビタミンB <sub>1</sub> (mg)	0.3	0.4	0.5
ビタミンB <sub>2</sub> (mg)	0.5	0.5	0.6
ビタミンC(mg)	22	22	25
食物繊維(g)	4	5	6

## 一人一回当たり平均食品分類別摂取量

(g)

食品分類別	標準食品構成	食品分類別	標準食品構成
米	48	その他の野菜	75
パン(小麦)	15	果実類	32
牛乳	206	きのこ類(戻し)	6
小麦粉製品及び製品	11	藻類(戻し)	4
芋及びでんぷん	38	魚介類	16
砂糖類	3	小魚類	3
豆類(戻し)	7	肉類	16
豆製品	16	卵類	6
種実類	2.5	乳類	4
緑黄色野菜	25	油脂類	4

## 本校の給食

給食の形態	主食・牛乳・副食による完全給食。週5日
給食回数	187回（今年度）
給食調理	調理業務委託 株式会社 サンユウ 社員3名、パート3名、合計6名で調理作業を行っています。
食数	1日 310食（教職員を含む）

## 給食費

年間を通して決定、世田谷区内同一額です。

	低学年	中学年	高学年
月額	単価×日数	単価×日数	単価×日数
一食単価	244円	272円	294円

給食費は、すべて食材料費として使われています  
(施設設備費、光熱水費、人件費などは含まれていません)

## 献立作成のポイント

- 1, 学校給食摂取基準、食品構成、施設設備等を考慮にいれ作成しています。
- 2, 出盛りの食品を使い、季節感のあるものを出すようにこころがけています。
- 3, 手作りをこころがけています。
- 4, 塩分はできるだけ控えています。
- 5, 1日の使用食品数は15～20種類です。
- 6, 子どもたちのリクエストも取り入れています。
- 7, できるだけ地域の振興を考慮し、発注先は地元商店街に依頼しています。

## 給食の安全性

- 1, 化学調味料は使用していません。  
スープのだし汁は、鶏ガラ、煮干し、削り節、昆布、香味野菜などを使い、時間をかけてとっています。
- 2, カレーやシチューのルーもバター、サラダ油、小麦粉から作っています。

- 3, コロッケ、ハンバーグなど当日の朝から作り始めます。
- 4, ゼリー、ケーキ類も手作りです。
- 5, 野菜・果物は国産を使用しています。
- 6, 遺伝子組み換え食品は使用していません。
- 7, パンは 給食指定業者に作ってもらい、添加物などは使用していません。  
朝焼きでできたてを提供しています。

## 給食の衛生管理

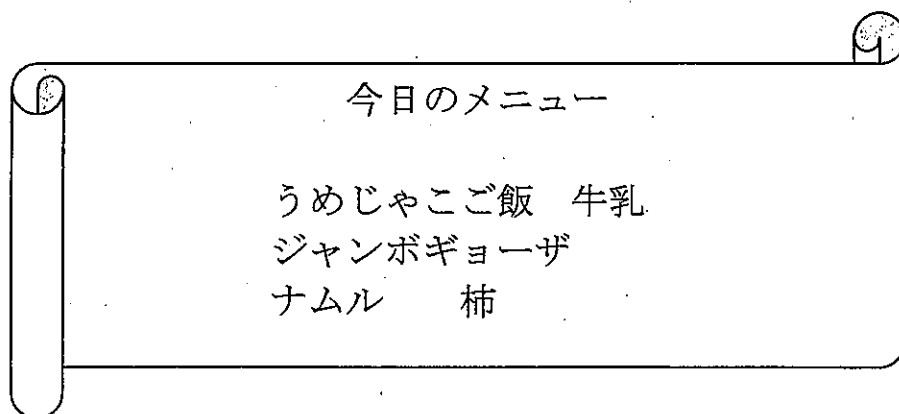
- 1, 食材料は当日の朝納品で、品質や温度などはチェックします。
- 2, 果物以外の食品はすべて加熱調理します。  
(内部まで火が通っているか中心温度計を使って確認します。)
- 3, 食器は洗浄後、熱風消毒保管庫で保管をします。  
調理器具も消毒してから使用します。
- 4, 保健所、教育委員会、学校薬剤師による衛生検査を実施しています。

## 家庭にお願いしたいこと

- 1, 孤食をなくす習慣を  
「孤食」とは子どもが一人で食事を取ることです。できるだけ週末は家族みんなで食事をし、ゆったりと楽しい時間を過ごしましょう。
- 2, 給食のことを話題にしてください  
教室での食事の様子・食べること・係りのこと・後片付けのことなど家庭と違って子どもたちが自分ですることがたくさんあります。学校での様子を聞いてみてください。  
家庭内でも子どもになるべく食事に関するお手伝いをしてもらいましょう。
- 3, お箸の持ち方・使い方  
正しいお箸の使い方のできない子がかなりいます。姿勢の悪い子・ひじをついている子・おわんやお皿（料理によっては持たないときもある）を持って食べない子・おわんにご飯をたくさん付けたまま返す子も目立ちます。  
日本の文化である箸のすばらしさなどを話しながら正しい持ち方を身に付けさせたいものです。あわせて食事のマナーについても教えていただきたいと思います。

#### 4, 果物について

給食では、甘夏や八朔などの皮も切り込みは入れますが、そのまま提供しています。この皮がむけない・面倒だといって残す子や皮ごとかぶりつく子が多くいます。家庭でも自分でむいて食べられるよう練習しましょう。



#### ジャンボギョーザ

##### 分量 (5人分)

ギョーザの皮	15枚
豚肉	100g
しょうが	少量
酒	少量
しょうゆ	少量
キャベツ	80g
ねぎ	30g
ニラ	15g
にんにく	少量
塩	少々
こしょう	少々
ごま油	10g
でんぷん	少量
油	適量

##### 作り方

- ① 野菜はみじん切りにする。
- ② 豚肉からでんぷんまでを合わせ、よく練る。
- ③ ②をギョーザの皮で包み、水とき小麦粉でとめ、油で揚げる。

\*学校のギョーザの皮は直径15cmを使用しています。

ここでは1人分3個の計算でだしています。

平成30年度

給食試食会

平成30年10月23日(火)  
九品仏小学校・ランチルーム

# 学校給食の推移

明治の半ば、山形県の小学校で、貧困児童を対象に、無料で学校給食を実施したことが始まり。



明治24年：おにぎり二個、塩鮭1切れ  
菜っ葉の漬物

戦後、児童、生徒の栄養補給を目的に学校給食の方針が高まる。  
アメリカなどの食料援助による小麦粉などの導入で、パン、脱脂粉乳などを配給。



昭和27年：コッペパン、脱脂粉乳、  
鯨肉の竜田揚げ、せん切りキャベツ、ジャム



昭和49年脱脂粉乳から牛乳へ。  
昭和51年米飯導入で、月に1.2回程度の米飯給食を実施。

平成元年『小中学校学習指導要領』が改正されたことを機に、学校給食は「特別活動」の中の「学級活動」に位置付けられる。



昭和49年：ブドウパン、牛乳、ハンバーグ、千切キャベツ、粉ふき芋



郷土料理給食



バイキング給食

10月15日(月)

ほんじつ      しょくざい

本日の食材

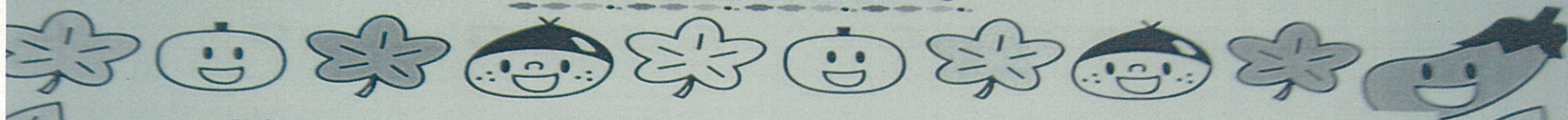


- |       |       |     |
|-------|-------|-----|
| じゃがいも | • • • | 北海道 |
| にんじん  | • • • | 北海道 |
| ごぼう   | • • • | 青森  |
| れんこん  | • • • | 茨城  |
| きゅうり  | • • • | 埼玉  |
| しょうが  | • • • | 高知  |
| とり肉   | • • • | 山梨  |

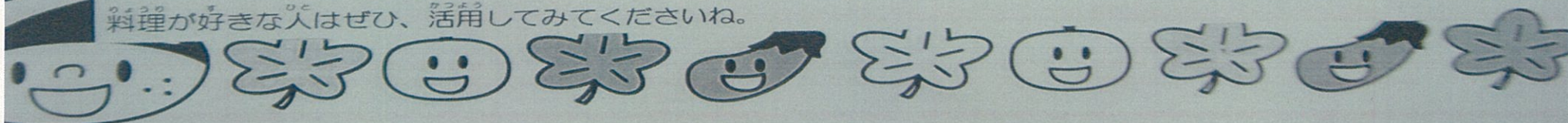


# 毎日の食育メモ

## 10月食育だより



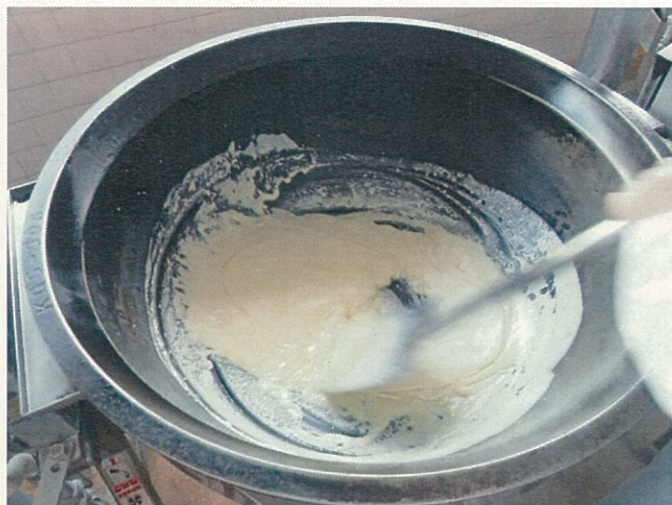
本日の献立は梅じゃこごはん・牛乳・ジャンボぎょうざ・ナムル・柿です。今日は今年初めて柿が収穫しました。素朴な甘みがおいしい秋の代表的な果物ですね。柿はトマトやりんごと同様「柿が赤くなると医者が青くなる」と言われるほど栄養価が高い果物です。まず、なんといっても風邪などの感染予防に効果的なビタミンCが、1個で一日分を補えるほどたっぷり入っています。また、腸の働きをよくしてくれる食物繊維も入っているので、お通じを促してくれます。皆さんにはあまり関係がないかもしれませんが、お酒を飲んだ翌日の二日酔いの予防にも効果的なので、大人の人にもぜひお勧めしたいですね。ただし、柿には身体を冷やす作用があるため、食べすぎには注意してください。柿はそのまま食べてもおいしいですが、サラダに入れたり、ケーキに入れたり、ジャムにしたり、簡単に調理ができる食べ方もあります。お料理が好きな人はぜひ、活用してみてくださいね。



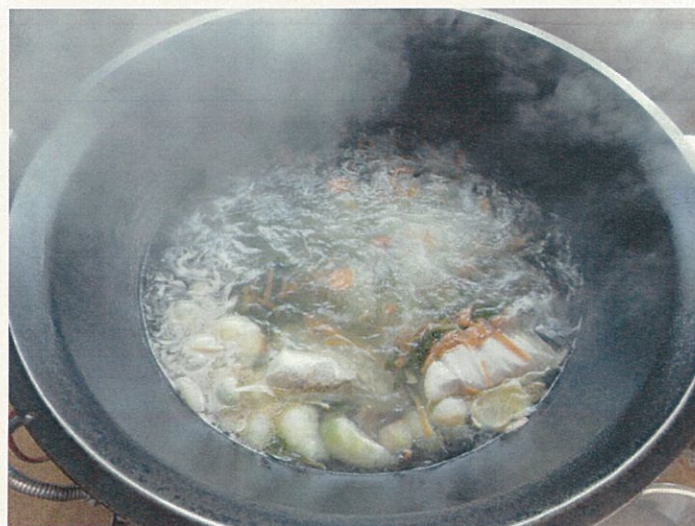
# 各学年の取り組み



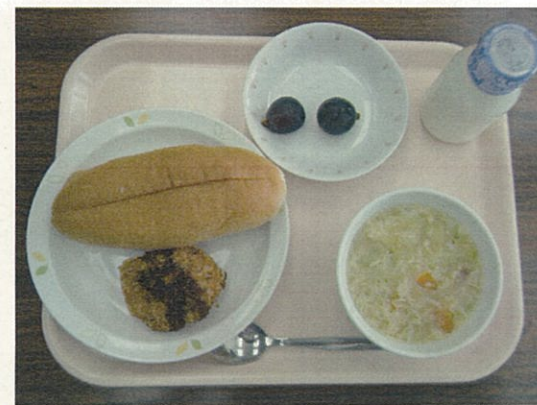
カレールー



スープ・だし汁

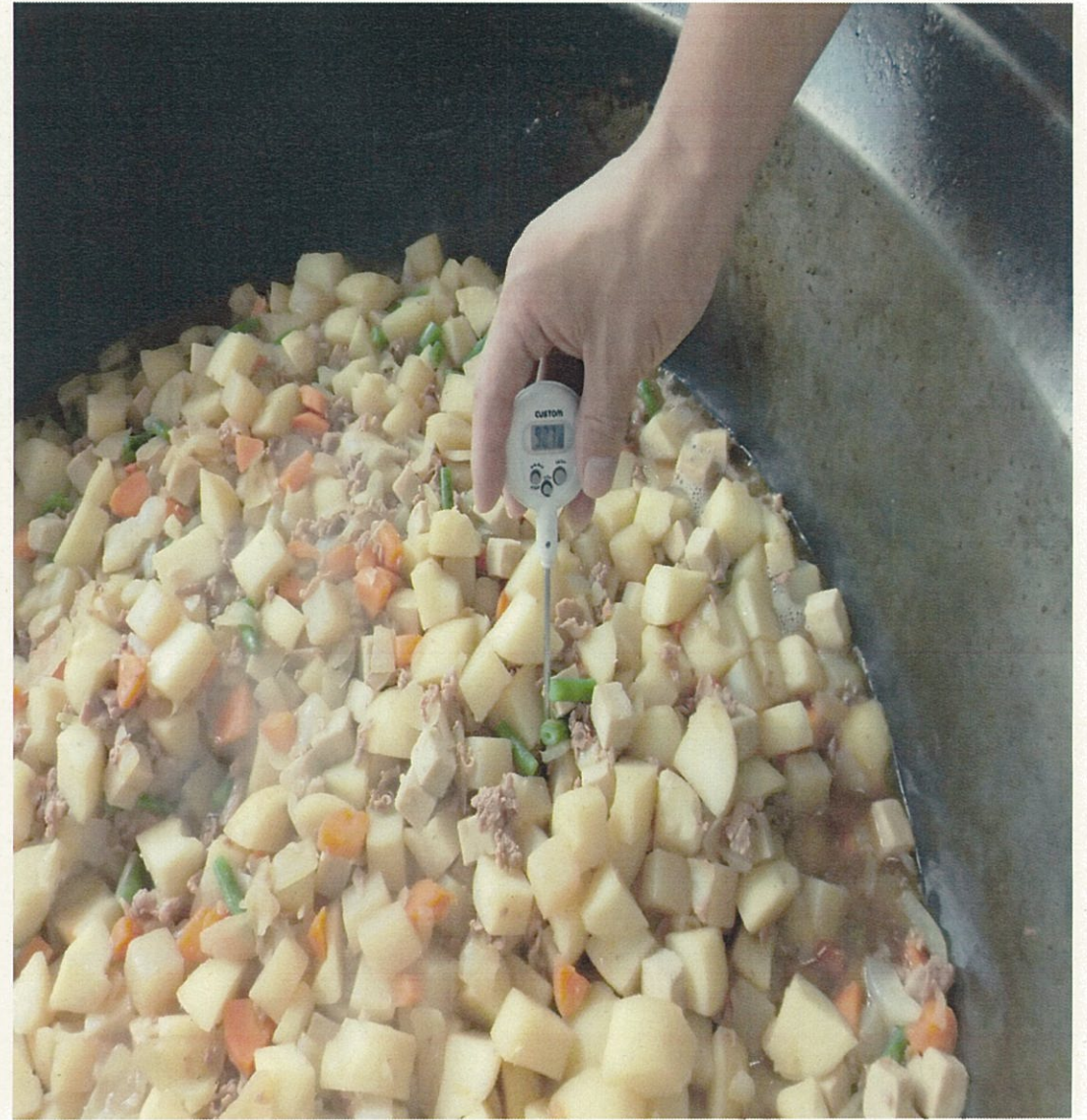


コロッケ



誕生日ケーキ









# アレルギー児童に対する取り組み

管理指導表に基づいた保護者面談

↓

月末に翌月の献立の確認(詳細献立表を配布)

↓

担任、調理員との事前打ち合わせ

↓

当日、調理室内朝礼での最終確認打ち合わせ

↓

調理主任、栄養士による盛りつけ

別色食器、トレーにのせ、ブルーラップで被い、個別の食札を添え、提供。





1.2年生 ふれあい給食



月一回のお誕生日給食



3年 大蔵大根栽培



6年 屋上での青空給食



青空給食

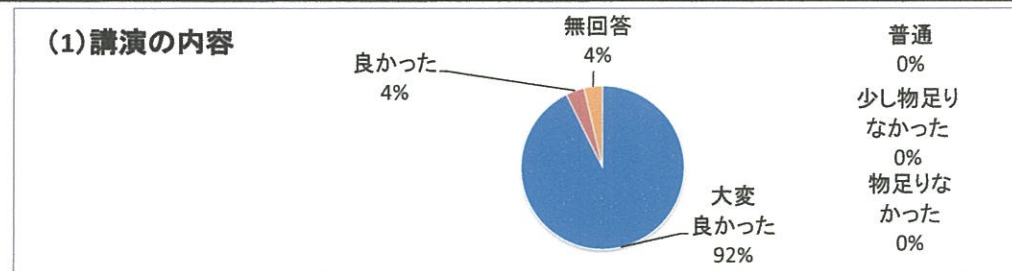


2年 校庭での青空給食

# 【2018年度給食試食会 アンケート集計結果】

## 【(1)講演の内容】

大変良かった	良かった	普通	少し物足りなかった	物足りなかった	無回答	合計
25	1	0	0	0	1	27



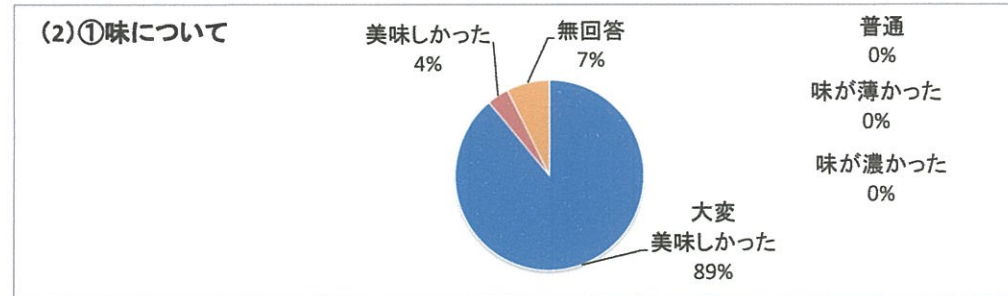
## 【(1)講演の内容～コメント】

- ・普段見れない給食調理の様子も教えて頂いて良かった
- ・とても手のかかったことをされていて有難いと思った
- ・個人的にご飯を週三回出してるのが嬉しい。日常生活に取り入れられるお話をありがとうございます。
- ・先生の経験や栄養士になるきっかけとなった話を聞くことができて良かった
- ・アレルギー対応など安全のための工夫が良く分かった
- ・スライドとともに分かり易い説明ありがとうございました
- ・給食への取り組み、家庭での食の取り組みが良く分かった
- ・時間が大丈夫ならもっと聞きたかった

【(2) 試食会で提供された給食の内容】

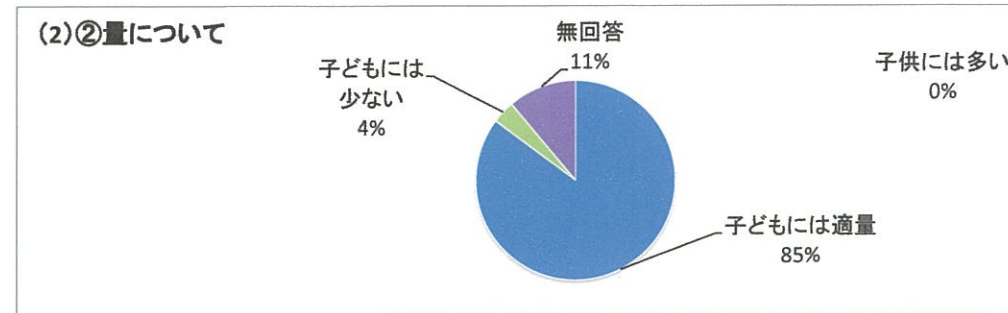
①味について

大変美味しかった	美味しかった	普通	味が濃かった	味が薄かった	無回答	合計
24	1	0	0	0	2	27



②量について

子どもには適量	子供には多い	子どもには少ない	無回答	合計
23	0	1	3	27



＜「子どもには適量」と回答した例＞

- ・とても美味しかった。果物もあって満足。ジャンボ餃子は二個くらいは食べれそう。
- ・ジャンボ餃子食べたかったので大満足。もっと具が多かったらよい。
- ・具の量がもう少し多いといいと思う
- ・白米の量は多いと思う。
- ・子どもの食べる量はかなり個人差あると思う

＜「子どもには少ない」と回答した例＞

- ・男の子なので量は少ないように思う

【(3) 試食会の進め方】

① 講演の時間

適切	長かった	短かった	合計
27	0	0	27

【(3)① 講演の時間】

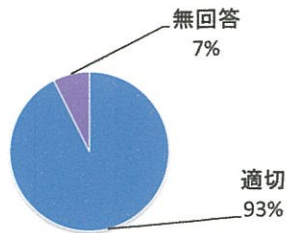


長かった  
0%  
短かった  
0%

② 試食の時間

適切	長かった	短かった	無回答	合計
25	0	0	2	27

【(3)② 試食の時間】

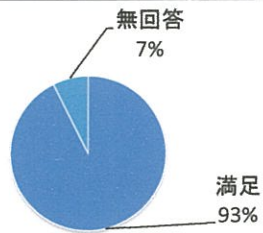


長かった  
0%  
短かった  
0%

③ 配膳や会場設営

満足	まあまあ満足	やや不満	不満	無回答	合計
25	0	0	0	2	27

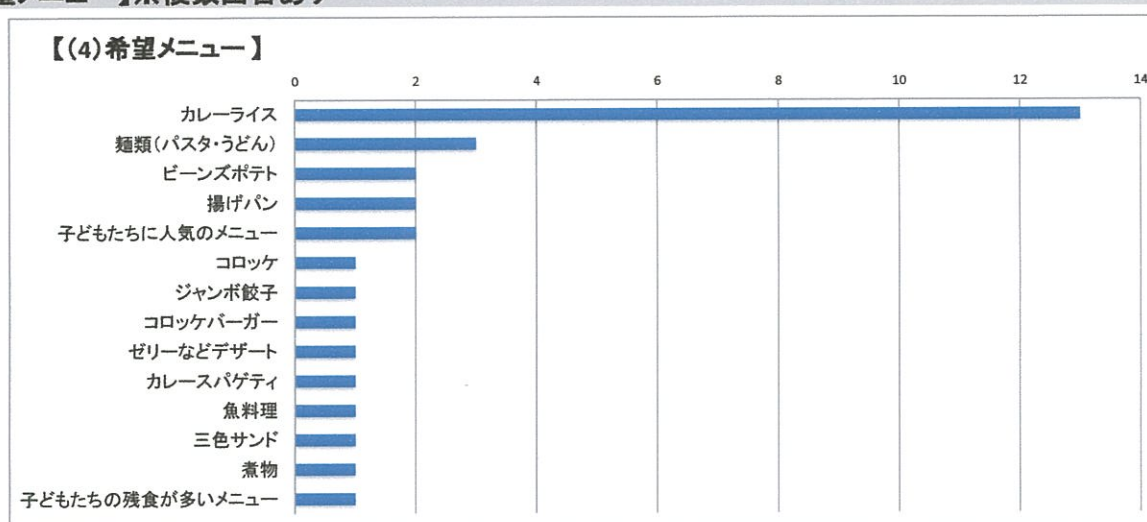
【(3)③ 配膳や会場設営】



まあまあ満足  
0%  
やや不満  
0%  
不満  
0%

【(4)今後の試食会での希望メニュー】※複数回答あり

メニュー	回答数
カレーライス	13
麺類(パスタ・うどん)	3
ビーンズポテト	2
揚げパン	2
子どもたちに人気のメニュー	2
コロッケ	1
ジャンボ餃子	1
コロッケバーガー	1
ゼリーなどデザート	1
カレースパゲティ	1
魚料理	1
三色サンド	1
煮物	1
子どもたちの残食が多いメニュー	1



【(5)給食全般に関する要望】

- ・自分で作るよりも手間をかけていただき、感謝です。家事の流れで作りがちですが、心を込めて作ってあげたいです。
- ・いつも子どもたちのためにご尽力いただき、ありがとうございます。
- ・子どもがいつも給食を楽しみにしているようなので要望は何もありません。
- ・準備～作ってくださっている方の話をしながら今日の夕食を食べたいと思います。ありがとうございました。
- ・偏食についてもっと知りたいです。
- ・徹底した管理、手間をかけていただきありがとうございます。子どもたちのことを考えてくださっている事が伝わり安心できました。
- ・安全面、衛生面、しっかり考えてくださりありがとうございます。
- ・とても美味しくいただきました。とてもボリュームがあると思いましたが、子どもは日々おかわりをして帰ってくるので、子どもには丁度いいのかと思いました。
- ・息子はいつもおかわりをしているようです。美味しい給食をいつも作ってくださりありがとうございます。
- ・とっても美味しかったのでこのままお願いします。
- ・毎日温かな想いとともに調理、準備して頂いていることが分かりました。感謝です。
- ・いつも美味しい給食をありがとうございます。これからもどうぞ宜しくお願いします。
- ・お箸の持ち方、使い方がまだ下手です(小1)。学校で指導してくださると、本人に響くと思うのでお願いしたい。家庭だけだとなかなか。。。。
- ・美味しい給食をいつもありがとうございます。
- ・野菜が苦手家でほとんど食べないのでなんとか食べさせたいと思っているので、ご協力頂きたいと思います。
- ・安全面にとっても注意されていることが分かりました。
- ・今後とも宜しくお願いします。給食に感謝です。
- ・とても手の込んだものを作って頂いて感謝しています。
- ・毎年、試食会があり、とてもありがたいです。文化厚生の皆様、お疲れ様でした。ありがとうございました。