

学校給食埼玉



学校給食会設立50周年記念事業「親子料理教室」

編集・発行
 〒364-0011 北本市朝日2丁目288番地
 (財)埼玉県学校給食会
 TEL 048-592-2115
 FAX 048-592-2496
<http://www.saigaku.or.jp>

関係者に御回覧ください

検査室から	アイデアメニュー	物資紹介	Q & A	アンテナ	食品豆知識	栄養士の四季	味だより	食卓談話	たのしい給食	給食主任の眼	給食会行事	県保健体育課から	巻頭言
.....
(8)	(8)	(8)	(7)	(7)	(6)	(6)	(5)	(5)	(4)	(4)	(3)	(3)	(2)

目次

未来につながる食育(上)

この小さな手に握らせたいもの



小浜市食のまちづくり課 政策専門員(食育)

主査 中田 典子

御食国若狭おばまの「食のまちづくり」

小浜市は、福井県の南部に位置する人口約三万二千人の小さな市である。

奈良・平安の時代から、豊富な海産物や塩を京や奈良の朝廷に献上した御食国(御食:天皇の食材)の歴史と、現在も受け継がれている豊かな自然や食材に光をあて、「食のまちづくり」を開始、二〇〇一年九月には、全国で初めての「食のまちづくり条例」を制定した。特に食育については、重要な分野として条例の中に位置づけ、人は命を受けた瞬間から老いていくまで生涯を通じて食に育まれることから、「生涯食育」という概念を提唱し、ライフステージに合わせた食育事業を展開している。

私は、長年教師をしていたが、子育てで一旦退職した後、二〇〇三年に社会人採用で小浜市の食育専門職員となり、初めて企画した事業が、就学前幼児の「キッズ・キッチン」

である。三年の年月を経て、現在では赤ちゃんの「ベビー・キッチン」、小学生の「ジュニア・キッチン」にまで広がり、小浜市内の子供達の「義務食育」体制が整っている。

「キッズ・キッチン」

「キッズ・キッチン」これはよくある子供(親子)料理教室ではない。

一番の特徴は、親は見守るだけで一切口も手も出さず、幼児の手だけで全ての作業をこなすところである。また、単に栄養の知識や料理の手順だけではなく、食文化、マナー、協力し合うこと、約束を守ること、他人を思いやることなど、社会の中で生きていく上で大切な事を総合的に学べるように指導し、さらには魚などを捌かせて「命の大切さ」を体得させるなど、たくさんの方の教育的要素を盛り込んでいる。

子供だからこそ「本物」にこだわりの、食材は出来る限り地元産で化学調味料など一切使わないし、大人用以上によく切れる包丁や熱い鍋、フ



ライパンもあえて使わせる。

けれども今まで参加してくれた三千人近い幼児のなかで、病院へ行くような怪我をした子は一人もいない。勿論、安全を配慮した環境や独自の指導方法など、万全の体制を整えているのだが、幼児の力というものは捨てたものではないのだ。

きちつと教えて信頼し、後は「やってごらん、きつとできるから」と背中を押し、全幅の信頼で包丁を渡すと、それに応えようといじらしいほど、頑張ってくれる。

その最も象徴的なのが、毎回取り入れている「手のひらの上で豆腐を切る」シーンである。全神経を集中させ、手を震わせながら、ゆっくり豆腐に包丁を入れ、上手く出来た時「やったあ!」と思わず声が出るし、自信や達成感で、みるみる逞しい表情に変わっていく。抱きしめてしまおうかと思うくらい、可愛く、愛おしい姿である。

(次号に続く)

表紙写真解説

学校給食会設立五十周年記念事業「親子料理教室」

平成十八年七月二十一日標記親子料理教室を開催いたしました。

講師には、「巻頭言」にも執筆していただいた、福井県小浜市食のまちづくり課政策専門員(食育)中田典子先生をお招きしました。

県内の、親子二十一組四十六名が参加し、「日本の朝ご飯一汁三菜」をテーマに、包丁でアジをさばき、味噌汁の豆腐を手のひらで切ったりしました。子どもたちの真剣なまなざしと、できあがったときの満足そうな表情が印象的な料理教室でした。試食はみんなが残さず食べました。



県保健体育課から

認定講習を開催しました

去る七月二十四日から八月二十八日の期間に、平成十八年度埼玉県免許法認定講習(栄養教諭)が行われました。指導大学である女子栄養大学を会場とし、埼玉県教育委員会主催で開催しました。

本講習は、栄養教諭制度の創設に伴い、教育職員免許法附則第十八項に基づき、栄養教諭免許状の授与を希望する現職の学校栄養職員が、円滑に栄養教諭免許状を取得できるように単位修得の機会として実施したものです。

開設科目

(1) 栄養に係る教育に関する科目

科目	免許法に定める科目名	開設科目名
栄養	栄養に係る教育に関する科目	栄養教諭論

(2) 教職に関する科目

科目	免許法に定める科目名	開設科目名
教職	教職の意義等に関する科目	教師論 1
		教師論 2
に関する	教育の基礎理論に関する科目	発達と学習の心理学 1
		発達と学習の心理学 2
科目	教育課程に関する科目	道徳教育研究
		特別活動研究
目	生徒指導及び教育相談に関する科目	教育相談 1
		教育相談 2
	栄養教育実習	栄養教育実習

昨年度から三年間の予定で実施されており、暑い天候が続く中、参加者は、大変熱心に取り組んでいました。

本年度は、新たに栄養教育実習の科目を開設し、内容の充実を図りました。

現在、県内には栄養教諭が小・中学校に五人配置されています。全国的にもまだまだ少ない状況ですが、食生活の乱れが問題となっている昨今、栄養教諭の役割はますます重要になっていくと考えられます。

なお、開設科目については、左記のとおりです。

給食会行事

親子産地見学会を開催

この行事は、学校給食会設立五十年を記念して、今年度新たに開催したものです。

県農林部畜産安全課と学校給食牛乳協議会のお骨折りをいただき、乳牛の牧場や牛乳工場そして醤油工場を視察しました。

写真は、牧場での子牛とのふれあいの様子と、牛乳工場での説明を受けている様子です。

「牧場や乳牛はじめて。」という子どもたちも多く、始めはおっかなびっくりでしたが、そのうちなれて、そして子牛との楽しいふれあいとなりました。

参加した保護者からも、「なかなかできない体験ができた。」「食育について、家族全員で考えていきたい。」などの感想がありました。

この事業は、県PTA連合会、さいたま市PTA協議会との共催で、食品の生産と加工、流通、品質などについて、保護者と児童・生徒の理解を深め、学校における食育の推進に寄与するためにおこなわれました。

牧場では、乳しぼりやバター作り体験やアイスクリーム試食などを、牛乳工場では牛乳ができるまでを、



食品(醤油)工場では、醤油の種類や作り方を教えていただき、夏休みの自由研究のよい教材となりました。

給食主任の眼

今日の食生活に思うこと

川口市立前川小学校

教諭 佐藤 婦美子

古くから、時季に採れた旬の食べ物こそ栄養的で安全とされてきました。そのため旬の食品を各家庭が料理し、何回も食べることになりました。それが季節の喜びでもあり、おいしい食事でもありました。

忘れることが出来ないのは、春、四月の竹の子ごはんです。後日、ある子どもから、「給食で竹の子ごはんが出た日の、家の夕食にも竹の子が出た。」そうです。「同じ物を続けて食べることは苦痛。」といわれて驚かされました。毎回違った料理を食べるといことは、今日の小家庭では、家庭で料理されずに加工食品などが食卓に並んでいるのではないかと思われます。また、好きな料理名を聞いた時に、冷凍食品と答えた子どもがいました。

かつての台所では、家族が手伝い合い料理を作っていました。そこでは、親の手際を見て料理の技術を学びました。食材が、料理によってどんどんその姿を変えてゆくのが不思議でもあり、楽しみでもありました。自然に生まれた親子の対話から、

学ぶことも多くありました。食材の選び方、収穫、食べ方や資源保護の方法も教えられました。潮干狩りで小さい貝を採ってはいけないこと、山菜採りで来年の分を残すこと、土壌を大事にすることなどを学びました。

以前は、子どもが食べ物をもって遊んだり、粗末に扱つと厳しく注意されたものです。今は、「いただきます」「ごちそうさま」と形だけは教えられていますが、その心は伝えられていないように思います。人は他の動植物の命を食べることで生きています。そこで、まず他の命を頂きますと手を合わせ、食べ終わると作った人、働いた人への感謝の気持ちでごちそうさまと手を合わせるのだと聞いたことがあります。

子どものころの家庭教育こそ大切です。そこで、健康な食生活の在り方や食物への感謝の気持ちも育てられます。学校給食もまた、社会状況や生活環境の著しい変化に伴って、社会性や人間性の育成が新たな役割として求められていると思います。



たのしい給食



坂戸市立上谷小学校 3年 志村 豪太



所沢市立小手指小学校 6年 秋和慶一郎



坂戸市立上谷小学校 4年 佐藤愛咲香



所沢市立小手指小学校 6年 鈴木 志保

食卓談話

人間の行事食「ゆで饅頭」



人間の行事食「ゆで饅頭」の味
伝承士
神山米子

私が子供の頃、人間の農家では、主食となる米、麦、豆類は、殆ど自作自足でした。

小麦は、粉にしてうどん、焼餅、飯餅、また色々な饅頭を作りました。物日(人寄せの行事)には、大福草餅、柏餅、酒饅頭、ゆで饅頭などを作りました。そのたびに、我が家では皆早起きして、子供心には、本当は嫌々でしたが、あんこを包む難しさを母親に教えられ、作ったものです。

今人間では、殆ど畑が茶畑となり、野菜農家は野菜専門で、米はおろか麦も作られていませんが、それでも小麦粉は、狭山の地粉を使っています。手に入らない時は、市販の粉を使いますが、粉により多少こねるお湯の量が違います。

母のお陰で、今でも簡単に出来るゆで饅頭を作ります。

毎年一月のJA祭りに、茶饅頭、ゆで饅頭を作り、販売しています。

「美味しい、懐かしい味ね。」と好評です。

ゆで饅頭 材料 二十個分

- 小麦粉 六〇〇g
- あんこ 六〇〇g
- 熱湯 六〇〇cc
- 砂糖 大さじ一

作り方

小麦粉に、砂糖を加えた熱湯を菜箸で少しずつ混ぜます。

その後、手で良く練ります。(耳たぶより柔らかく)

二十〜二十五個に分けて、手粉を使いあんが出ないようにとじます。

鍋にたっぷり湯を沸かし、沸騰した中に入れます。



鍋底につかないように、丁寧にしやもじでかき混ぜます。饅頭が浮き上がったら、さっと冷水にさらしザルにあげ水気をきりま

味だより

郷土料理

「福島県(ざくざく煮)」

さいたま市立内谷中学校

栄養技師 金子さなえ

本校は、さいたま市の南端、武蔵浦和駅近くに位置し、住宅街の中にあります。

平成十七年九月から毎月一回、食育の一環として、生徒達に「郷土の味」を勉強してもらいたいと思い、全国各地の郷土料理「北海道(ジンギスカン・石狩鍋)」、「愛知県(味噌カツ・津島煮・鬼饅頭)」などを提供してきました。

今回は、福島県の「ざくざく煮」を紹介しました。「ざくざく」とは「具がたくさん」という意



味があります。鮭と一緒に、人参や大根といった根菜類をふんだんに使った、さっぱりとした味の煮物です。「ざくざく煮」は、大晦日に食べられることが多く、県内でも地域によって味付けや食材が変わることもあるそうです。

また、今年度から、食育の取り組みとして、図書室内に食育コーナーを設置しました。写真は、給食の掲示物と一緒に「なぜ食べる?なにを食べる?だれが食べる?」をテーマに、図書館司書が薦める本を並べたものです。このコーナーには、多くの生徒が興味をもち、立ち寄り、よく見ていました。

- 【献立例】
- ・赤米入りごはん
- ・牛乳
- ・チカの唐揚げ
- ・ざくざく煮
- ・えごま味噌の和え物
- 【作り方】

ごぼうは水にさらし灰汁をぬく。こんにやく・さやえんどうはポイルしておく。きくらげは、戻してざく切りにする。だし汁で、だいこん・にんじん・ごぼうを煮る。さといも・こんにやく・鮭・きくらげを加えて煮る。調味料で味をととのえ、さやえんどうを加えて仕上げる。

材料	1人当たり	分量(g)
だいこん(乱切り)	45
にんじん(乱切り)	25
さといも(乱切り)	25
こんにやく(1.5cm角切り)	25
ごぼう(乱切り)	20
鮭(1.5cm角切り)	25
乾燥きくらげ(ざく切り)	0.4
さやえんどう(斜め1/2切り)	5
水	100
かつお厚削り節パック	4
しょうゆ	4
食塩	0.8

栄養士の四季

「最近の食事情と学校給食」

埼玉県立狭山養護学校

主任 近藤 留美子

以前、NHKの番組で取り上げられていた「片寄った食事」の子どもたち。子どもというより大人の問題なのでしょう。実際、カップメンや栄養バランス食品の食事が当り前の時代。定番のコンビ二弁当に入っている野菜は…？

旅行先のホテルや研修用施設の朝食バイキングは、袋から出されたものばかり。これを変だと感じないのか、はたまた、あきらめているのか。

幼稚園児を持つ、あるお母さんの話を聞きました。家にいる時は毎日子ども用レトルトカレー。幼稚園のある日は、いつも朝はふりかけごはん。弁当はいり玉子とプチトマト、夜はそうめんだけだそうです。でも、もしかしたらまだよい方もしれません。

昔は今のようには皆が高等教育を受ける事ができなくても、よくかむこと、好き嫌いをせず、いろいろな食品を食べる事が大切だと、自然に知っていたのではないのでしょうか？なぜそうなったのかを考えると、二十数年間栄養士をしている身として

は、どうしても「学校給食の影響もあるのかしら」と考えてしまうことがあります。もちろん社会、家庭の環境の変化、マスコミや企業の影響もあるでしょう。

現在勤務している養護学校の子どもたちは、青菜、煮物、魚など本当によく食べてくれます。おまけにほとんど家庭料理と同じものを出すことができます。野菜を手で切り、だし、スープを取り、餃子、コロッケ、焼売、カップケーキ、ゼリーなども手作りすることができます。

せつかくのこの恵まれた環境を生かして、子どもたちに本物の味、食べることの大切さを伝え、将来正しい食生活を送れるようになってもら



えるよう、日々努力していきたいと思えます。そして何より、身のまわりの大人たちにも説得力のあるアドバイスができる力を身につけなければ…。

食品豆知識

「ポジティブリスト制度

導入について」

埼玉県保健医療部生活衛生課

主査 篠宮 哲彦

平成十八年五月二十九日から、食品衛生法に基づき、食品中に残留する農薬等に対する規制を強化した「ポジティブリスト制度」が導入されました。

ポジティブリスト制度概要

これまでは、基準が定められている二八三農薬等についてのみ規制されていましたが、五月二十九日から、七九九農薬等（農薬・動物用医薬品・飼料添加物）については、農薬等と食品との組合せごとに設定される残留基準値によって規制され、それ以外の農薬等については一律基準（0.01ppm）によって規制されます。

この制度の導入により、これまで規制できなかった農薬等についても規制の対象となることから、消費者にとって食品の安全性が一層確保されることとなります。しかし、残留農薬検査における農薬の検出率は低く、基準違反はほとんどないため、日常生活で必要以上に神経質にな

ることはありません。

埼玉県の検査状況

残留農薬等の検査は、年度ごと策定する「埼玉県食品衛生監視指導計画」に基づき計画的に実施しています。また、ポジティブリスト制度導入に合わせ、衛生研究所に新たな検査機器を設置し、一度に分析する農薬数を最高一五〇種類（これまでは一〇〇種類）を増やして対応しています。

「平成十八年度実施計画」

検査予定数…四五〇検体（国産…三一〇検体、輸入…一四〇検体）
検体採取場所…多種多量の野菜が流通するスーパーや卸売市場等

「平成十七年度実施結果」

検査実施数…四八七検体（国産…三四七検体、輸入…一四〇検体）
検査結果…八十三品目の野菜、果実から二十四種類の農薬が検出されましたが、違反はありませんでした。

埼玉県食品衛生監視指導計画、指導結果及びポジティブリスト制度等について詳しく知りたい方は、生活衛生課ホームページをご覧ください。
<http://www.prefs.saitama.lg.jp/A04/BB00/seihinomepage/01shokuhin.htm>

アンテナ

「学校に牛さんがやってきた！」

伊奈町立小室小学校

教諭 水落 美佳子

七月七日七夕の日に、小室小学校の子どもたちのもとに牛が三頭やってきました。「小室小わくわくモーモースクール」です。当日は、酪農家、乳業メーカーの方、女子栄養大学の先生、関東農政局の方、日大の学生たちと、六十名近いボランティアの方々が駆けつけて下さり、子どもたちにたくさん学びを提供してくださいました。

朝、登校した子どもたちは、校庭にいる見慣れない来客が気になって仕方がありません。あっといいう間に目を輝かせた子どもたちが校庭に集まってきました。

学習が始まり、七九〇名全員が自分達より大きな牛に触れ、温かさを実感しました。そして、自分の手のひらに乳を搾ることで、日頃、冷やされた冷たい牛乳しか知らない子どもたちが、「牛乳って本当は温かいんだね。」と言った言葉が印象的でした。牛乳は、母牛からの「栄養いっぱい」の命のぬくもりであることとを、自分の肌を通して感じ取るこ

とができました。

バター作り、牛乳ができるまでの学習コーナー、食育講座、牛乳から乳製品ができるまでのパネルシアター、搾乳体験等たくさん学習の場（ブース）が設けられました。バター作りでは、できあがったバターの味に大感激。無脂肪乳の甘さも味わうことができました。

まだ、へその緒がついた子牛たちもやってきて、頭をなでたり、直接ミルクをあげたりもしました。こんなにかわいい子牛たちも成長すると、肉牛になり自分たちの命を支えてくれることを知り、「残さず食べよう」とする気持ちが育まれました。改めて「いただきます」という意味を心で感じ取ることができました。わくわくモーモースクールは、大きな感動を残して終わりました。牛と触れ合う体験を通して、命の温かさ、食べ物のありがたさを学ぶことができました。すばらしい体験学習の場になりました。



Q & A

Q 食育基本法が施行され、改めて学校や家庭、地域がそれぞれの立場で子ども達の食育の推進に努めることとされています。

ついでに、学校給食用の食材を作っている食品メーカーの方は、食育についてどのように考えているのでしょうか。（そこで、本会の取引先である㈱ピアット代表取締役社長 天野弘治氏に答えていただきました）



天野 弘治氏

A 「食育」とは「食を通して心身ともに健康に生きていく力」を育むと云うのが一般的な理解です。「三つ子の魂百までも」と云われますが、三歳までは親のスキンシップが大事な時期ですね！三歳から八歳までは親子一緒に食卓を囲む。一日三食、一年で一〇九五食。学校給食は年間一八五回程度。差引き九一〇食は家庭で取ることとなります。今、「食」と云う言葉が色々な意味で使われています。「孤食」とは一人で寂しく食べることを。親が好き勝手な物を食べさせる。これは放っておけない問題です。「個食」は親子各々が異なった食事を取ること。TVも消

さず好きな物や軟らかいものしか与えない。その結果は我儘で協調性のない「キレ」やすい子供になってしまふ。これは放っておけない問題です。「小食」は食が細いこと。激やせのままで三十歳までに女性としての機能を失ってしまう。最近サプリメントと云う言葉をよく耳にします。横文字を使うとなんとなく心地よい言葉。飽食の時代であるが故に、不健康な食生活や、運動不足に起因する生活習慣病、成人病を抱えている人が多い。「食育」の一番の柱はどんなものを食べたなら安全か！健康になれるかと云う選食能力を身につけることの筈です。大人になっていい加減なことをするのは食卓でいい加減な食事をしていたことが、この様な結果にしたもので、食育基本法は食卓基本法でもある訳です。身体によい食品は何かを毎日の給食時間の中で子供達に話をして頂き、元気で長生きの術を食べるものを通して身につけさせる様に教えてやって下さい。

食品の安心・安全であることは当り前のこと。当社は昨年六月二十九日にISO14001を取得しました。クレーム運動を大きな柱として挑戦致しております。今後共一層のご指導・ご支援の程を紙上をお借りしてお願い申し上げます。

さる7月14日に平成18年度第1回物資委員会が開催され5品目が選定されました。

平成18年度第1回物資委員会選定
新規取扱物資

平成18年度2学期からの新商品です。どうぞご利用ください。

さきたまホットケーキ



㈱アクリフーズ
30g 35円・50g 45円
埼玉県産の小麦粉(農林61号)を100%使用ホットケーキです。県産麦ならではの、もちりとした食感をお楽しみください。30g・50gの2規格があり、自然解凍で召し上がれます。

沖縄乾燥もずく
(もずくスープ調理例)

伊藤園産業㈱

20g 750円

100g 3,400円

沖縄県産のもずくを洗浄後、異物除去を行っておりますので、塩抜き・洗浄の必要がなくそのままご利用できます。また、乾燥タイプですので、取扱いも簡単です。水戻し



をして使用する場合は、約10分位で、通常25倍~30倍(重量比)になります。
ミネラル・食物繊維豊富な自然素材です。

彩の国 海鮮まんじゅう
(みそ味・しょうゆ味)

株式会社 隆峯

みそ味 30g 33円・しょうゆ味 30g 33円



埼玉県産の豚肉・長ねぎ、皮には県産小麦を使用してまんじゅうをつくりました。さらに、みそ味には「彩花みそ」、しょうゆ味には「彩花しょうゆ」を使用したこだわりの一品です。淡白な味海産物(えび・いか・たこ)に、みそとしょうゆがアクセントになり、大変美味しく仕上がりました。焼き・揚げ・蒸しと、いろいろな調理が可能です。

冷凍彩の国スティック納豆

日東食品㈱

20g 26円



「彩の国なっとう」に新しくスティックタイプができました。「彩の国なっとう」同様、県産大豆をひきわりにして、手巻き寿司等に使い易いスティックタイプにしました。冷凍流通となりますが、解凍も容易です。

彩の国 和梨缶詰

天狗缶詰㈱

1号缶 2,200円

埼玉県産のフレッシュな梨を原料に、手作業で加工した和梨缶詰です。ライトシロップであっさりとした甘さに仕上げました。フルーツポンチ等に使用しやすいダイスカットにしました。



検査室から

学校給食用物資の細菌検査実施状況について

食品検査室では、本会取扱物資の安全確認のために自主検査を積極的に実施しています。

なお、8月中に実施した大腸菌O157に関する検査結果は、別表のとおりです。

本会取扱い物資自主検査(腸管出血性大腸菌O157)成績一覧表
平成18年8月

品名	検査結果	品名	検査結果
常温保管物資(5品目)			
1 沖縄乾燥もずく	陰性/10g	4 パリッシュ	陰性/25g
2 カシューナッツ	陰性/25g	5 県産乾燥大豆	陰性/25g
3 ソフトブルー	陰性/25g		

低温保管物資(13品目)			
1 彩花みそ(赤)	陰性/25g	8 レーズン	陰性/25g
2 彩花みそ(白)	陰性/25g	9 秩父こんにやく にんじん	陰性/25g
3 彩花しょうゆ	陰性/25g	10 秩父こんにやく かぼちゃ	陰性/25g
4 かえり煮干	陰性/25g	11 秩父こんにやく ほうれん草	陰性/25g
5 アミューゼ	陰性/25g	12 秩父こんにやく 豆乳	陰性/25g
6 自然だし	陰性/25g	13 鮭フレーク	陰性/25g
7 スライスチーズ	陰性/25g		

小計18品目

冷凍保管物資(18品目)			
品名	検査結果	品名	検査結果
1 県産牛肉ももスライス	陰性/25g	10 彩の国 肉まん	陰性/25g
2 冷凍豆腐(ダイス)	陰性/25g	11 彩の国 ねぎみそ包子	陰性/25g
3 冷凍ゆで大豆	陰性/25g	12 彩の国 なっとう	陰性/25g
4 牛乳入りすいとん	陰性/25g	13 彩の国 ねぎみそ餃子	陰性/25g
5 冷凍さき玉うどん	陰性/25g	14 彩の国 ねぎみそブチ餃子	陰性/25g
6 県産脱水ほうれん草	陰性/25g	15 彩の国 冷凍スティック納豆	陰性/25g
7 県産脱水小松菜	陰性/25g	16 海鮮まんじゅう(みそ)	陰性/25g
8 殺菌凍結全卵 100	陰性/25g	17 海鮮まんじゅう(しょうゆ)	陰性/25g
9 殺菌凍結全卵 K	陰性/25g	18 むきえび2L	陰性/25g

合計36品目

アイディアメニュー

『彩の国 和梨缶詰』を使って

県産和梨のマフィン

さいたま市立大谷場東小学校 栄養技師 鎗田 真由美



埼玉県では和梨がたくさん作られていますが、私の勤務する大谷場東小学校の周辺は住宅街のため、学区には畑や果樹園がほとんどありません。また、県産和梨の収穫時期である8月は夏休みのため、給食では使うことができませんでした。

「県産和梨のマフィン」は、埼玉県の特産品である和梨を子どもたちに食べてもらいたいと思い、考えたメニューです。11月の彩の国ふるさと学校給食月間に出しています。梨のマフィンといえば洋梨を思い浮かべる方も多いと思いますが、和梨缶詰はシャキシャキとした食感がおいしく、甘さも控えめなので、マフィンによく合います。

調理法

小麦粉とベーキングパウダーはあわせてふるっておく。
カッコ内の材料をまぜあわせて、マフィンの生地を作る。
をアルミカップに流し入れ、和梨を2粒のせる。
170 に熱しておいたオーブンで15分焼く。

材料 1人当たり分量(g)

彩の国 和梨缶詰 2(粒)
彩の国 和梨缶詰の缶汁 8
鶏卵 8
プレーンヨーグルト(無糖) ... 8
小麦粉 18
ベーキングパウダー 0.5
バター 8
グラニュー糖 7
はちみつ 1.5
アルミカップ 1(枚)