

学校給食 埼玉



6年生親子会食 川口市立芝富士小学校

編集・発行

〒364-0011 北本市朝日 2 丁目288番地

(公財)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

アイディアメニュー	(8)
食材紹介	(8)
Q & A	(7)
食卓談話	(7)
食品豆知識	(6)
栄養士の四季	(6)
味だより	(5)
アンテナ	(5)
たのしい給食	(4)
給食主任の眼	(4)
給食会事業	(3)
県保健体育課から	(3)
巻頭言	(2)

目次

給食で思いつく

元埼玉県教育委員会委員



清水松代

に元気がもらえる給食には、どんな食材が使われているのだろうか。

小学校時代、給食の脱脂粉乳を友達と顔を見合わせながら飲んだ。新しい献立表をもらうと、その月の献立を宿題そっちのけでチェックした。友達とどちらが早く食べ終わるか競争したこともある。食いしん坊な子どもだったので給食には楽しい思い出が多いが、実は五十年近く経っても忘れられないメニューがある。「竹輪の柚子味噌かけ、吹雪汁、パン」という献立なのだが、これには、苦戦した覚えがある。当時を知る友人に話したところ「私も苦手だったのよ」と意気投合し、しばし盛り上がった。今なら美味しいと思う。ご飯だったら良かったのかな? など分析した後「昔のことをよく覚えてるものよね」と笑い合った。

親になってから何度か給食を頂く機会があったが、最近の給食は本当に美味しい。食材や調理方法の幅が広がり、内容も豊かになった。彩り・栄養バランスが良く、食べると身体がシャンとする気がする。このよう

先日、埼玉県学校給食会を訪問した際に、学校給食で使われる食材の保管庫を見学する機会を得た。そこ

には、地元の製造業者が丹精した味噌や醤油、素材の旨味を生かしたケチャップやソースを始めとする、良質かつ安心安全をそのまま製品にした食材が、ずらりと並んでいた。子ども達の健やかな成長を支えるにふさわしい食べ物を見ることができた。さらに、学校では食育に力を入れており、食や健康に関する指導の充実を図っている。学校や給食会の取組みからは、子ども達の健全育成を推進しようとする強い意気込みが伝わってくる。

学校給食の最大の魅力は何だろうか。それは、みんなまで食べる。ことだと私は思っている。「いただきませす。ごちそうさまでした」と、クラス全員で囲む給食は、現代では貴重な食形態である。集団にはエネルギーがある。たとえ苦手な物でも、みんなと食べると後押しされているかのように食べられてしまうから不思議だ。

子どもが小学生の時「あの献立が

美味しかったから作って」とせがまれて、言う通りに作ったのだけど、「同じなんだけど、ちょっと違う」と言われてしまった思い出。

育児に奮闘しているお母さんと一緒に夕食をした時、何度も「美味しい!」と言うので訳を聞いたら「いつも独りなので今日は嬉しくて!」と返ってきた。

二人暮らしの老夫婦の話。ある日突然、妻が入院してしまった。残った夫は「身の回りの事は全部一人で行けるし、メシはコンビニがあるから大丈夫だよ」と一人暮らしを始めただが、数日後に妻を見舞った夫は、半ば照れながら申し訳なきように一言。「アイシテルヨ」。長年、妻が食べさせてくれていたのは「温もり」という愛情だったのだと気付いたのだろう。「メシは一人では味気ないヨ」と八十八才の夫は背中を丸めて帰っていった。

温もりある食事は人を元気にくれる。すみずみまで心を配り、みんなまで食べる。スパイスを効かせた給食は、子ども達をしっかりと支えてくれるだろう。そして家庭では、季節や土地の恵みを取り入れた食で親自身が生き生きとした毎日を送ってほしいと思う。気力の源は体力にある。親こそが健やかでいよう! 子どもの元気は大人の元気が支えているのだから。

表紙写真解説

「食」を楽しむ健康教育の推進

川口市立芝富士小学校

校長 大澤正則

本校は大規模団地と民家が混在する緑の少ない地域環境にありますが、校内にはピオトープや学校ファーム、花壇などが整備され、自然が豊かです。児童は稲・桃・梅・キウイ・ザクク・夏みかんなどの手入れと収穫を楽しみ、四季折々の花と野菜を育て、自然に親しむ体験学習を数多くしています。ピオトープにある「もくもく池」には、大きく美しい花を咲かせる「古代ハス」があり、地域住民の目を楽しませていきます。

また、年間を通して実施する多様な交流給食・給食活動は本校の特色の一つであり、「芝富士小の給食は世界」が児童の合い言葉のようにもなっています。毎日の給食残菜は「ゼロ」であり、児童は給食が大好きです。掲載した写真は、二月末に実施した「六年生親子会食」の場面です。卒業間近の六年生が、保護者とランチルームで会話をしながら給食を味わう企画で、児童は感謝の言葉や中学校への夢や希望について話し、親子の楽しい交流となりました。

本校が進める健康教育・食育の取組は講演会や新聞、教育誌等を通じて全国に情報発信し、大きな評価を得ています。去る二月十八日には文部科学省食育調査官様のご訪問があり、給食試食もしていただきました。

県保健体育課から

食育推進の取組について

県では、「生きる力と絆の埼玉教育プラン」埼玉県教育振興基本計画「一」及び「第二次埼玉県食育推進計画」の中で、「朝食をほとんど食べない子供達（小中学生）の割合」を1%未満とする目標を掲げて取り組んできました。

表Iのとおり、小学生では一定の成果が見られるものの、中学生の朝食欠食解消が課題となっています。

表I 【県の小中学生の朝食欠食率：[教育に関する3つの達成目標から]】 (単位：%)

年度 対象	21年度	22年度	23年度	24年度	25年度	26年度 (食育推進計画)
小学生	1.3	1.2	1.0	1.0	1.1	1%未満
中学生	3.2	2.9	2.6	2.6	2.7	1%未満

県教育委員会では、朝食欠食の解消を含め、望ましい食習慣の形成、

自己管理能力を身に付けさせるなど、食育の推進に取り組んでまいります。

食に関する指導の充実

食に関する指導は、校長のリーダーシップのもと、学校の教育活動全体を通じて取り組むものです。

昨年度は、各学校において

て食に関する指導全体計画の作成率が100%となりました。このことは、各校における食に関する指導体制が整ったことであり、各校での食育の充実につながるものです。

そこで、本年度の実施に当たり各校の課題等を踏まえ、修正・改善を図り、食に関する年間指導計画の作成も含めて引き続き御指導をお願いします。

二期埼玉県教育振興基本計画(案)

県では、平成二十六年からの五カ年計画において、これまでの指標に代わり、「学校での食に関する指導時間数」を、新たな指標として取り組むこととしております。内容は、県内各小中学校の全校を対象に（小学校：五年生 中学校：一年生）各教科等において食育に関連した指導を実施した時間数を調査し、各校の取組の推進を図っていくものです。各校における食に関する指導の充実に向けて、御協力をお願いいたします。

スーパー食育スクール推進事業(新規)

県では、各校での食育を更に推進していくために、文部科学省が展開する「スーパー食育スクール事業」を実施していく予定です。この事業では、指定校において、児童生徒に対して行われる食に関する指導による各種効果を、企業や大学等と連携して検証し、その結果を、各校での指導に役立てていきます。

給食会事業

平成二十六年主要事業

給食会では、学校給食用食材の安全確保と安定供給に関する事業、学校給食の普及充実及び学校における食育推進の支援に関する事業を行っております。その主な事業について御案内します。

学校給食用食材の検査

本会取扱のパン・めん・米飯及び一般食材の細菌検査、理化学検査を実施し、良質で安全・安心な食材の確保を図る。また、本会取り扱いのパン・めんに使用している小麦粉の残留農薬検査並びに精米及び小麦粉の放射性物質検査を外部機関に依頼し、安全・安心な食材の確保を図る。

パン品質審査会・抜取調査、めん品質審査会

指定工場の製造したパン・めんを審査し、規格の統一と品質の向上を図る。

委託加工工場等衛生管理講習会

安全・安心な学校給食用食材を確保するため、委託加工工場及び一般食材製造工場等の管理責任者や製造責任者等を対象に衛生管理講習会を実施し、衛生管理や品質管理の徹底を図る。

○学校給食歴史館「特別展」開催
四月一日(火)～四月三十日(水)

「埼玉県立歴史と民俗の博物館」及び「東玉・人形の博物館」の協力のもと、埼玉の年中行事を中心に、埼玉の行事食に関する資料の展示及び行事食に関する資料の配布を行う。

学校給食調理コンクール

学校給食の食に関する指導の充実、食事内容の充実に向上と多様化、高度化を図るため、栄養教諭及び学校栄養職員と調理員による調理コンクールを開催する。

第一次審査(書類審査)

七月九日(水)

第二次審査(実技審査)

七月二十五日(金)

○学校給食衛生管理モデル校等支援事業
県及びさいたま市教育委員会の指導を基に学校等での衛生管理の強化を図るため、衛生検査の調査研究に対し、検査機器であるルミテスターなどの費用の一部を助成し、学校における衛生管理の支援を行う。また、この事業の検査データは、食品検査技術講習会で使用し、学校等における衛生管理に役立てる。

なお、親子移動体験教室・親子料理教室等につきましても、引き続き開催する予定です。

給食主任の眼

地域や学校の特徴を生かした食育

美里町立東児玉小学校

給食主任 久保 裕子

本校は、明治七年に開校し、児童の父母だけでなく、祖父母も本校の卒業生である方も多く、学校には協力的です。また、学校の周辺は、田んぼが広がり自然豊かな所です。

このような本校では、総合的な学習の時間や生活科の時間を通し栽培活動を計画的に実施しています。学校ファーム・学級園では、米・じゃがいも・さつまいも・ミニトマト・ブロッコリー等を栽培し、学校給食にも活用しています。

特に、五年生の米作りでは、たくさんの方から大きな力添えをしていただいています。おかげで、今年度も初まきから収穫・調理まで児童は体験できました。二年生も、高齢者の皆さんに手ほどきを受けながらかかしを作り、田んぼに設置しました。収穫祭では保護者・地域の皆様の協力をいただきながら餅をつき、全校児童とともに、収穫を喜び合いました。また、食育の一環として親子料理教室も実施しています。今年度は、収穫したもち米を使っ

たばた餅と野菜たっぷりのすまし汁を作りました。毎日の食事の大切さ、バランスよく食べることの重要性、調理のポイントや楽しさなども学びました。六年生でも、郷土料理のみつこ教室を開催しました。地域の郷土料理の由来や、地元で採れた旬の食材のおいしさとそのパワーについて学びました。

このように、地域の大先輩から食に関する知恵や技を教えていただくこと、体験を伴うことで児童が実感しやすく意欲も高まり、実りある学習となりました。今後も本校では、地域の方や保護者と連携しながら、食に関する指導を充実させ、子どもたちの心と体を健やかに育てていきたいと考えています。



県立宮代特別支援学校中学部3年 鈴木 優希



県立宮代特別支援学校中学部2年 佐藤 拓海



秩父市立秩父第二中学校3年 小池さおり



秩父市立秩父第二中学校2年 浅見 玲奈

たのしい給食

アンテナ

「おうちやくのいざなひ」

彩の国黒豚倶楽部会長

笠原 常正

「彩の国黒豚倶楽部」は現在、私を含め県内五戸の生産者で構成されています。地域別で見ますと深谷市・入間市・所沢市です。埼玉県黒豚生産の歴史は古く明治、大正時代から行われています。

しかしながら、黒豚の生産は一般の豚の生産に比べ多くの困難があります。

一例を挙げますと、一度の分娩で生まれる子豚の数が少ないことや純粋種のため疾病に弱いことなどにあります。

そのため、より生産性の高い一般の豚を生産する養豚農家が圧倒的に多いのが現状です。

このような状況ではありますが、彩の国黒豚倶楽部は「黒豚でうまいものは絶対になくならない」という信念のもと、賛同する養豚仲間と協力して、平成十年に「彩の国黒豚倶楽部」を設立し、イギリスから純粋パークシャーを輸入して種の保存をしています。また、飼料についても仕上げ時期には指定配合飼料を与えて肉や脂の美味しさを追求しています。彩の国黒豚の最も大きな特徴は

脂に甘みがあり、一度食べると「美味しいですね」とその美味しさのとりこになる方が多いようです。

このような彩の国黒豚の消費者からの評価を励みに、私たちは毎日豚舎で健康状態を注視しながら健康な黒豚生産に励んでいます。

こうして生産された黒豚は、衛生管理の行き届いた群馬県食肉市場でと畜され、県内を中心に肉屋さんや、スーパーマーケットで販売されています。

価格は少し高めですが美味しさには自信を持っています。また、平成二十五年度からは、国産畜産物の消費拡大事業の一環として埼玉県学校給食会の「ニラまんじゅう」や「ネギみそ包子(パオズ)」「里いも包子」等にも彩の国黒豚を提供して好評を得ています。

これからも、国産農畜産物の消費拡大の一助として、将来のある子供たちにおいしい黒豚入りの商品を食べべて頂くとともに、子供たちが安心して食べられる食材を精一杯生産していく所存です。

昨今、TPP問題等、食に関する話題が世間を賑わしておりますが、人が生きるのに最も大切な「食べ物」について真剣に向き合いながら今後も彩の国黒豚の美味しさを追求していきたいと考えておりますので、関係者の方々のご協力の程宜しくお願い致します。

味だより

「レッドシチュー」

埼玉県立所沢おおぞら特別支援学校

主任 千葉 晃央

所沢おおぞら特別支援学校は平成二十二年度に開校した、知的障害教育部門と肢体不自由教育部門が同じ校舎に入る埼玉県初の特別支援学校です。

開校から五年目を迎え、児童生徒は青く広いおおぞらの下で、のびのびとたくましく活動しています。

今回紹介する「レッドシチュー」は、「赤いシチューが食べたい」という生徒の一言がきっかけで生まれた献立です。トマトシチューの応用で、豆乳を使用したシチューです。

給食当日は、知的障害教育部門中学期で食育授業を行い、この献立を活用し三つの色について話をしました。「イエローかぼちゃパン、レッドシチュー、グリーンサラダ」と主食、主菜、副菜を色分けして話したことで、生徒たちにも伝わりやすかったです。

給食を生きた教材として活用していくために、今後もおいしく、安心・安全な給食づくりに努めていきたいと思えます。

材料.....分量(g)

- 鶏もも肉.....30
- 人参(いちょう).....10
- じゃがいも(いちょう).....35
- 玉葱(スライス).....35
- にんにく(みじん).....0.5
- オリーブオイル.....0.2
- ホールトマト(つぶす).....35
- 水.....100
- コンソメ.....2.5
- 食塩.....0.5
- 白こしょう.....0.01
- 有塩バター.....5
- 小麦粉.....5
- 豆乳.....40



【献立例】

- イエローかぼちゃパン
- レッドシチュー
- グリーンサラダ・りんご
- コーヒーマルク

【作り方】

- ①なべにバターを溶かし、小麦粉を加えゆっくり炒める。
- ②さらに、①に豆乳を少しずつ加えのぼす。
- ③別なべで油を熱し、にんにくと鶏肉を炒め、さらに人参・じゃがいも・玉葱を入れ炒める。
- ④③にホールトマト・水・コンソメ・塩・こしょうを加え、煮込む。
- ⑤④に火が通ったら②を入れて煮る。

栄養士の四季

地場産物の活用について

小川町学校給食センター
栄養技師 福田 真己

小川町は埼玉県のはば中央に位置し、外秩父の山並みと接する位置にあります。四季を織りなす山々と豊かな自然に囲まれた盆地です。一、三〇〇年の歴史を誇る小川和紙をはじめ、酒造、建具、裏絹などの産業で古くから栄えてきました。

小川町学校給食センターは、小学校六校、中学校三校の約二、二〇〇食の給食を作っています。

小川町では、年間を通してさまざまな野菜が栽培されています。給食でも人参、キャベツ、なす、じゃがいも、きゅうり、たまねぎ、長ねぎ、白菜、大根などを使用しています。

また、比企地域には、伝統野菜である『のらぼう菜』があります。のらぼう菜は、トウ（茎部と蕾）を食べるアブラナ科のかき菜で、甘味があり、食感が良く、アクが少ないという特徴があります。さらに、栄養価の高い野菜でもあり、ビタミンCは小松菜の約二倍も多く含まれています。のらぼう菜は、江戸中期から栽培されており、江戸時代の「天明・

天保の飢饉」では、比企地域の飢えを救ったと言われています。

給食では、小川町で収穫されたのらぼう菜をカレーの中に入れて出しており、とても人気のあるメニューのひとつになっています。

地場産物の活用にあたっては、規格が揃わなかったり、必要な量を確保できないなどの課題もあります。が、今後も少しでも多くの地場産物の野菜を使用していきたいと思っています。

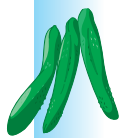


小川町カレー



のらぼう菜

食品豆知識



「きゅうり」

埼玉県農林総合研究センター

園芸研究所 露地野菜担当

副研究所長 関口 明男

きゅうりの原産地は、インドのヒマラヤ山麓からネパール付近と推定されています。日本への伝来は、九百十八年に記された「本草和名」に「胡瓜」の記載があることから、それ以前と考えられています。

伝来後しばらくは、苦みがあり「高血圧の予防」「利尿作用」等があることから、薬用として用いられました。また、江戸時代には、切り口が徳川家の葵の紋に似ているため、武士は口にしなければならなかったことなどから、栽培は広がりました。

しかし、江戸時代の後期スイカ等、他のウリ類より早い時期に収穫できるため珍重され、食味の改良もすすみ栽培が奨励されました。このため各地に特産的な地方品種が成立し、ほんの一部ですが、早出し栽培も始まりました。

その後、明治・大正・昭和と品種改良や栽培技術開発が行われ、栽培面積は徐々に増加し、昭和三十年代には、ハウス栽培の普及とともに、



生産量が飛躍的に増加し、夏が旬であるきゅうりが、周年供給されるようになりました。

昭和六十年代になると、それまで収穫の後半になると、果実表面に発生していた白い粉状の物質（ブルーム）を、特定のカボチャを台木にきゅうりを接ぎ木することにより、発生させなくする技術が開発されました。



右：ブルームあり

ブルームは、果実自らが環境の変化等から身を守るために発生させるもので、水洗いすればきれいにおち、有害物質ではないのですが、「消費者から農薬と誤解を招きやすい」、「触ると指紋が残るため古く見える」等のことから、現在市販されているほとんどのきゅうりが、ブルームレスになっています。

昨年度、埼玉県におけるきゅうりの栽培面積は、約七百haあり、八月を除きほぼ周年生産されています。

生産量は、約四万九千トンあり、全国の生産量の約八%を占め、全国順位は、第三位になっています。

食卓談話

伝統食をアレンジし地域にPR 「トマト入り洋風つみっこ」



ふるさとの味伝承士
斉藤美知子
(本庄市)

時代が変わるにつれ、食生活も変わってきました。昔から伝承されてきたつみっこ(すいとん)をアレンジしてみました。スープにトマトを入れ、調味料を塩、胡椒に変えたらイタリア料理風になりました。地域の人たちに試食してもらったところ大変好評で、ふるさとの味伝承士の仲間と学校や公民館で伝承料理講習会等を開催し指導も行いました。

私の住んでいる藤田地区の女性農業者組織「みのりの会」の仲間とともに平成十九年には、本庄まつりでも試食を用意し市民二十人に提供しました。また、平成二十年から行われている新春つみっこ合戦にも参加してPRしています。



トマトには、体に良い栄養素がたくさん含まれていまして、多くの人に食べてもらえたら良いと思います。



【材料(千人分)】

- 小麦粉……………二〇〇g
- 大和芋……………一〇〇g
- 卵……………一個
- 水……………一五〇cc
- 人参……………一五〇g
- 玉ねぎ……………二〇〇g
- じゃがいも……………二〇〇g
- トマト中サイズ……………三個
- ベーコン……………六〇g
- ブロッコリー……………半株
- 水……………一五〇cc
- 塩・こしょう……………少々
- サラダ油……………大さじ一
- コンソメ……………二個

【作り方】

- ①大和芋の皮をむきすり下ろして、すり鉢等で卵と水と合わせてよく混ぜ、小麦粉を加えてこねる。
- ②人参、じゃがいも、皮を湯むきしたトマトは1cm角に切る。玉ねぎは、少し大きめに切る。ベーコンは1cm幅に切る。
- ③鍋に油を入れベーコン、玉ねぎを炒め、塩、こしょうを少量振り入れ、玉ねぎが透き通ったら人参、じゃがいもを炒め、水、トマト、コンソメを加えて煮込む。
- ④材料が煮えたら塩、こしょうで味を調整、沸騰した中に①を小さいスプーンで入れる。小房に分けたブロッコリーも加えて、つみっこが浮き上がって三分程煮込む。

Q & A

Q 学校給食用パン・めん々に使用している埼玉県産小麦の品種が変更になると聞きましたが、どのような経緯ですか。

A 埼玉県産小麦は産出額が全国第四位で、良質な県産小麦はめん用などで幅広く使用されております。

本会におきましても、県産農産物の利用を推進する考えにより、平成十一年度の「地粉うどん」に始まり、十二年度のパン「さきたまロール」、十四年度からは全ての学校給食用パン・めん々に県産小麦の「農林六十一号」を使用しています。

この「農林六十一号」は、昭和二十二年に育成された品種で、すでに六十年以上が経過し、品種の力も弱ってきました。さらに、近年の生育期における高温や多雨等の影響により、収量や品質の変動が大きくなり、生産者や製粉会社から安定した生産、高い製粉適性の確保が求められてきました。

これらの課題を改善するため、県では平成二十二年に「埼玉県産小麦の生産振興方針」を策定し、現在の「農林六十一号」から新品種「さとのそら」への転換を勧めてきました。

新品種「さとのそら」は「農林六十一号」に比較し、生産性や製粉性に優れ、また、タンパク含有量も同程度からやや優れるとの評価があり、埼玉県を含む北関東4県(群馬、栃木、茨城)での共通推進品種になり、本県では昨年秋季に蒔いた小麦で完全に切替えとなりました。

このような状況の中、本会では今回の品種切替を受け、学校給食用パン・めんへの規格変更に向け二年前前から、学校給食関係者、行政機関(県教委・県農林部)、生産者団体(全農さいたま)、製粉会社、指定製パン・製めん工場と試作検討会を重ね準備を進めてきました。

今後、本会では、平成二十六年九月(二学期)から小麦の品種を「さとのそら」に切替え、製品規格の変更を予定しております。

なお、年間を通して品質を安定し供給させて頂くために、県産小麦粉と輸入小麦粉とのブレンド割合や副材料等の使用量の見直しも含め準備を進めております。



さる3月5日に平成25年度第2回食材委員会が開催され、基本食材の1品、一般食材4品が選定されました。

**平成25年度第2回食材委員会選定
新規取扱食材**

平成26年度第1学期からの新製品です。
どうぞご利用ください。

チキンライス (委託炊飯)



精米100gに対し「チキンライスの素」14.28g使用
米飯工場で炊飯 飯缶規格0.5kg缶～5.2kg缶

チキンエキスを贅沢に使用し、4種類の具材(鶏肉、にんじん、玉ねぎ、赤ピーマン)は国産原料を使用しております。

化学調味料や色素は使用せず、深みのある味に仕上げました。

チキンライスはもちろんのこと、オムライス、ドリア等でのご使用もお勧めです。



学校給食用チキンライスの素
(自校炊飯用)

株式会社 丸美屋フーズ 1kg

だしパック中厚削り



100g×10/袋
500g×2/袋
(株)にんべん

(湯業とまいたけのお吸い物)

かつお節・宗田かつお節のみを使用し、化学調味料や食塩等の使用はありません。中厚削りのパックにすることで、抽出時間の短縮と、だしのにごりやアクも出にくくなります。

彩の国黒豚えび餃子



むきえびを粗挽きにし、彩の国黒豚、玉ねぎ、れんこんを加えて、特製の皮で巻きました。
カリッとする皮の食感とえびの風味が味わえます。

(株)隆峯 35g

国産鶏と豚のハンバーグ<Fe>



国産の鶏肉・豚肉・玉ねぎを使用したふっくら、ジューシーなハンバーグで、鉄分を100g中5.7mg強化しています。
焼き・蒸し・揚げ調理が対応可能で、煮込んで美味しく召し上がれます。

エム・シーシー食品(株) 50g・60g・80g

りんごジュース



(ヨーグルトパバロアとりんごのジュレ)

青森県産りんごを使用したストレート果汁100%のジュースです。

つがる食品(株) 1L

調理法	材料 1人当たり	分量(g)
①人参、ピーマンはせん切り、キャベツは細めの短冊切りにし、それぞれ茹でて水にとり、冷ます。	人参	5
②むき枝豆を茹でて水にとり、冷ます。	赤ピーマン	5
③コーン缶は開缶し、水気を切る。	黄ピーマン	5
④材料を混ぜ合わせ配食する。(ドレッシングは別だしする)	キャベツ	35
	とうもろこし缶(ホール)	10
	冷凍国産枝豆(むき)	10
	フレンチドレッシング	8

ビタミンサラダ
幸手市立上高野小学校
栄養主査 神田徳枝

『冷凍国産枝豆』を使って
アイディアメニュー

平成二十五年度の事業も順調に終了し、新年度を迎えることができました。その間、全国的なノロウイルスによる食中毒事故が発生し、本会としてもその防止対策に鋭意努めてまいりました。

本会では、学校給食の公益性を十分に踏まえ、今後とも「食の安全・安心、安定供給」に一層努めるとともに、学校等における食育の推進への支援を引き続き行ってまいりますので、ご支援・ご協力を賜りますようお願い申し上げます。

編集後記

野菜嫌いな子供達。特にサラダやおひたしなどは敬遠されがちです。そこで、見た目も触覚も違った雰囲気のあるサラダを考えてみました。それが、ビタミンサラダです。

人参・赤ピーマンの赤、コーン・黄ピーマンの黄、枝豆・キャベツの緑と色彩がカラフルで、子供達の目を楽しませています。

枝豆を使用することによって、野菜とは違った食感を楽しむことができるだけでなく、しっかり噛むこともできます。

通常のサラダよりも残量が少なく、子供達の評判も上々で、人気メニューの1つです。