

あけましておめでとうございます。新年とともにいよいよ最後の学期が始まりました。

よく食べ、よく体を動かして、夜はしっかり休み、健やかな体と心ですくすく成長してほしいと願っています。

給食センターも子どもたちのために、おいしく安全で食生活のお手本となるような給食作りをします。

今年もよろしくお願いいたします。



写真で見る！給食の舞台裏

献立作成と食材の選定



学校給食摂取基準に沿った栄養価、地域の食材や旬の食材、予算も考慮しながら献立を作成します。食材を選定しアレルギーを確認して献立が決定します。

調理員さんと打ち合わせ



誰が、いつ、どの釜を使い何の調理をするか、食材がどのような動線で移動するかを確認します。

徹底した身支度



手洗いは肘まで洗い、爪ブラシで丁寧に洗います。白衣は粘着シートとエアシャワーで、ほこりを徹底的にとります。

材料が届く



毎朝、注文した食材が届き、数量・温度・産地などを確認し記録します。50gほどを取り分け、2週間冷凍庫で保存しています。万一、事故がおきたときに原因を明らかにするためです。

エプロンを交換して配食



出来上がった料理を衛生面に配慮しながらクラスごとに配食します。野々市市では約100クラスあり、カレーは5つの釜を使い3,400食を作っています。

除去食の調理



除去食専用の部屋で、卵アレルギー対応の給食を作っています。オイマヨグラタンの場合、マヨネーズを除去してオープンで焼きます。

3つの部屋で調理



料理に合わせて機械や包丁を使って野菜などを切ります。調理では中までしっかり火が通ったか温度計で確認する決まりがあります。最後に、安全にのびたかを複数人で確認します。

野菜やお肉などの下準備



野菜は泥を落とし、虫やごみなどが入っていないかチェックしながら3槽シンクで洗浄します。魚肉専用の部屋、卵専用の部屋があり、汚染を広げない構造になっています。

トラックで学校へ



食缶をコンテナにつめて、各校に配送します。配膳員さんは食缶、ごはんをワゴン車にのせます。牛乳は時間をみて冷蔵庫から取り出し、温度管理された牛乳を安全に提供しています。

校長先生の検食



子どもたちが食べる30分前に、校長先生が「検食」をしています。安全性、量、味付けなどが適切かを確認します。

いただきます！



クラスみんなで協力して給食の準備をします。写真は人気のオイマヨグラタンとカレーです。

後片付けをする



食べ終えた食器や食缶は再び給食センターに運ばれ、洗浄します。洗浄後は熱風消毒保管庫でしっかりと乾燥され、お箸はクラスごとに数えて分けています。



給食は、健康のこと、季節や行事食など、食べることを通してみんなに知ってもらいたいことが考えられた献立で、それを調理員さんが、その日の朝から限られた時間で安全に、おいしく調理してくれているんだね。そして、温かい食事がきれいな食器で食べられるのは、当たり前ではないこともわかったね。“ありがとう”の気持ちで食べてくれるとうれしいな。

12月の給食人気メニュー

定番の人気メニューの他にも、子どもたちから「おいしかったです！」の声が多かった給食を毎月紹介します。ご家庭でも作ってみませんか？



12/17 竹輪のかわり揚げ…竹輪に、ごまと刻んだ紅生姜を混ぜた天ぷら衣につけて揚げています。「ピリっとする辛みの正体は、お好み焼きやたこ焼きについてる、あの生姜だよ」と説明すると「おいしい！」と言って食べていました。

1 月 学 校 給 食 献 立 表

富陽 小学校

日	曜	献立名		血や肉、骨になる 赤色の食品	体の調子を整える 緑色の食品	熱や力になる 黄色の食品		エネルギー たんぱく質 脂質 行事食等			
		主食	牛乳 おかず								
8	木	ごはん	牛乳 ぶりのてりやき こうはくなます さわにわん だいだいババロア	牛乳 ぶり うす揚げ 豚肉	しょうが だいこん にんじん ごぼう	たけのこ 干しいたけ えのきたけ 糸みつば	白飯 片栗粉 小麦粉 大豆油	三温糖 ごま だいだいババロア	664 Kcal 26 g 25 g お正月献立		
9	金	コッペパン	牛乳 とりにくのこうそうバンこやき きのこスパゲッティ こめこのクラムチャウダー いちごジャム	牛乳 鶏肉 ベーコン あさりむき身	●にんにく ●バジル ●レモングラス ●ローズマリー	たまねぎ エリンギ しめじ パセリ	にんじん ブロッコリー	コッペパン スパゲッティ 三温糖 オリーブ油 パン粉	バター じゃがいも ジャム サラダ油 米粉	665 Kcal 32 g 26 g	
12	月	成人の日									
13	火	ごはん	牛乳 ハンバーグ コーンサラダ あつあげのみそしる	牛乳 大豆たんぱく 豚肉 牛肉 あつあげ	みそ 鶏卵 ベーコン 鶏肉	にんじん たまねぎ キャベツ きゅうり	コーン えのきたけ こまつな	白飯 パン粉 三温糖	サラダ油 片栗粉	618 Kcal 27 g 21 g	
14	水	ごはん	牛乳 ちくわのかわりあげ はりはりあえ いなりうどん	牛乳 焼きちくわ しお昆布 うす揚げ		生姜 切り干し大根 にんじん こまつな	たまねぎ 干しいたけ ●ねぎ	白飯 小麦粉 ごま 大豆油	三温糖 ごま油 うどん	649 Kcal 21 g 22 g	
15	木	ピラフ	牛乳 ポテミートグラタン かぶのスープに こめこのカップケーキ	ロースハム 牛乳 豚肉 牛肉	チーズ ベーコン	たまねぎ にんじん ●にんにく トマト水煮	パセリ えのきたけ かぶ	バターライス サラダ油 じゃがいも 小麦粉	三温糖 パン粉 オリーブ油 カップケーキ	692 Kcal 23 g 24 g	
16	金	ごはん	牛乳 シュウマイ もやしのナムル はっぽうさい	牛乳 シュウマイ 糸かまぼこ 豚肉	うずら卵 いか えび	にんじん もやし こまつな しょうが	●にんにく たまねぎ たけのこ 干しいたけ	●はくさい さやいんげん	白飯 三温糖 ごま油 サラダ油	片栗粉	648 Kcal 29 g 22 g
19	月	ごはん	牛乳 てりやきチキン ほうれんそうのサラダ アルファベットスープ おさかなふりかけ	牛乳 豚肉 鶏肉 ツナ 豚肉	ベーコン 魚ふりかけ	しょうが たまねぎ ほうれんそう キャベツ	にんじん こまつな	白飯 片栗粉 米粉 大豆油	三温糖 サラダ油 マカロニ	651 Kcal 27 g 22 g	
20	火	ごはん	牛乳 ししゃものでんぱら ひじきのいために とんじる カップデヤクルト	牛乳 ししゃも ひじき さつまあげ	豚肉 うす揚げ みそ	にんじん こんにやく えだまめ ごぼう	たまねぎ だいこん ●ねぎ	白飯 小麦粉 大豆油 サラダ油	三温糖 ●さつまいも カップデヤクルト	696 Kcal 24 g 24 g	
21	水	わかめごはん	牛乳 オイマヨグラタン とうにゅうごまたんたんスープ	わかめ 牛乳 鶏肉 チーズ	豚肉 豆腐 豆乳 みそ	にんじん たまねぎ ●にんにく ブロッコリー しょうが	●ねぎ ●にんにく たけのこ チンゲンサイ	白飯 ごま サラダ油 三温糖	マヨネーズ 小麦粉 じゃがいも ごま油	緑豆春雨	670 Kcal 28 g 23 g
22	木	ごはん	牛乳 だいちとしらすのごまからめ おでん みかん	牛乳 大豆 しらす 焼きちくわ	あつあげ うずら卵	だいこん こんにやく みかん		白飯 片栗粉 大豆油 ごま	三温糖 水あめ ●さといも	612 Kcal 23 g 18 g	
23	金	むぎごはん	牛乳 ビーフカレーライス フルーツあんじん	牛乳 牛肉 チーズ	豚肉	しょうが ●にんにく にんじん たまねぎ	トマトピューレー トマト水煮 バイン缶 黄桃缶	むぎ飯 サラダ油 じゃがいも 小麦粉	バター カレールウ 杏仁豆腐 マスカットゼリー	いちごゼリー	761 Kcal 20 g 25 g
26	月	ごはん	牛乳 ヤーコンいりやきメンチ ののいちポテサラ ののいちスープ	牛乳 牛肉 豚肉 大豆たんぱく	鶏卵 ロースハム 鶏肉	●たまねぎ きゅうり にんじん	●ねぎ ●はくさい	白飯 ヤーコン パン粉 オリーブ油	●じゃがいも マヨネーズ 三温糖 サラダ油	650 Kcal 25 g 24 g 野々市市献立	
27	火	きんじそうずし	牛乳 ぶたにくとかがれんこんのてりあえ げんすけだいこんのみそしる	鶏肉 大豆たんぱく 炒り卵 牛乳	豚肉 うす揚げ みそ 大豆ペースト	にんじん しょうが えだまめ れんこん	●こまつな さやいんげん ●源助だいこん えのきたけ	金時草すしめし サラダ油 三温糖 片栗粉	大豆油	643 Kcal 30 g 23 g 金沢市献立	
28	水	ごはん	牛乳 けんぎきななばチキン ブロッコリーのサラダ きなめりなめことたまごのスープ	牛乳 鶏肉 ツナ ベーコン	豆腐 鶏卵	しょうが ブロッコリー キャベツ にんじん	きゅうり たまねぎ ●にんにく コーン	なめこ チンゲンサイ	白飯 小麦粉 片栗粉 大豆油	三温糖 ごま油	626 Kcal 28 g 21 g 白山市献立
29	木	ごはん	牛乳 あじのいそべあげ いしるふうみのごまマヨサラダ もずくのみそしる	牛乳 鰯 青のり粉 ロースハム	うす揚げ もずく みそ 大豆ペースト	しょうが キャベツ にんじん きゅうり	たまねぎ ●ねぎ	白飯 小麦粉 米粉 大豆油	マヨネーズ ごま 三温糖 じゃがいも	612 Kcal 24 g 21 g 輪島市献立	
30	金	キャラットピラフ	牛乳 はくさいサラダ こまつしさんトマトのポークピーンズ ヨーグルト	ベーコン 牛乳 鶏ささみ 豚肉	大豆 大豆ペースト ヨーグルト	たまねぎ にんじん パセリ ●はくさい	きゅうり キャベツ ●にんにく すりおろしトマト	トマト水煮	チャーハンライス サラダ油 三温糖 じゃがいも	白いんげん豆 小麦粉 バター 生クリーム	648 Kcal 25 g 21 g 小松市献立

※都合により献立の内容を一部変更する場合があります。

※主な食材料名は、食品の栄養的な働きにより、赤、緑、黄のグループに分けて記載してあります。

●は、野々市市の地場産物を使用する予定です。

野々市市小学校給食センター

