

# 学校給食試食会

6月13日に給食試食会が開催されました。子どもたちの給食参観も兼ねて44名の方が参加されました。給食をおいしく頂きながら、栄養職員の山内先生による学習会がありました。給食で使用する食材や内容のこだわり、加賀地区ブロック大会に向けての食事内容など、分かりやすく説明して頂き大変参考になりました。

## MENU

ご飯は根上地区で作られているコシヒカリです。地場産物として使用しています。丼やカレーの日は、麦を混ぜています。麦は白米に比べ食物せんいが約3倍含まれています。他にも発芽玄米を混ぜたご飯や、各種混ぜご飯があります。

・牛乳

・ごはん

・大豆と小魚の揚げ煮

・肉豆腐

・冷凍みかん

一晩水につけた大豆に片栗粉をつけて揚げ、小魚は素揚げして、甘辛いたれを火を通した人参と枝豆と共にからめます。かみごたえのある「かみかみメニュー」です。

豚肉と焼き豆腐、石川県でよく食べられる食材「車麩」などを使った具だくさんの煮物です。



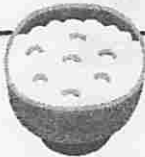
参加された保護者の皆様、ありがとうございました。



栄養職員  
山内先生のお話

ごはん

粟津炊飯センターで炊いてもらっています。米に0.3%のビタミン強化米を加えています。(根上産こしひかりです) 白ご飯の他に、麦ご飯、わかめご飯、混ぜご飯、おにぎりなどで変化をつけています。



パン

パンはあづま屋で焼いてもらっています。無漂白の小麦粉を使用し、ビタミンを強化してあります。種給食の日は減量しています。

- (種類)
- ・ミルク食パン・胚芽食パン
  - ・ミルクロール・バターロール
  - ・チーズクッペ・フロワッサン
  - ・キャロットパン・胚芽パンズ
  - ・豆パン・コッペパン

おかず

加工食品は出来るだけ使用せず、使用する場合は食品添加物の少ないものを選んでいきます。

だしは昆布やかつおでとります。ホウイトルーなどは手作りしています。日本の伝統食品(切り干し大根、ひじき、豆など)も積極的に取り入れています。



牛乳

アイ・ミルク北陸から配送されます。日々成長している子どもたちに必要なカルシウム、ビタミン、たんぱく質などを補うために、毎日つきます。1パック200ccです。成分は市販の普通牛乳と同じです。



試食会アンケートまとめ

(1) 本日の給食について

① 味について

おいしい	31	77.5%
まあまあ	8	20.0%
おいしくない	1	2.5%

② 量について

多い	10	25.6%
ちょうどよい	29	74.4%

(2) 家で給食について話をすることがあるか

ある	25	61%
ない	16	39%

【どのようなことを話すか】

- 好き嫌いをく食べているか
- 献立について、おいしかったか など
- 松松〇〇〇〇について聞きました
- 何を食べたか、小学校とは違うか など
- 本人的には量が多い…とかそういう話です
- おいしかったとかそうでなかった など
- 今日の給食は何か?とか、この給食は美味しかったとかです
- その日のメニューについて
- 子どもが当番だった日は、給食当番について
- メニューの中でよかったり、好きじゃなかったりなこと
- 食事のメニュー内容を話します。カレーなど昼と夕食が重なった時は、「献立をちゃんと見て作ってね」と注意されます(笑) 給食の方が自宅の食事よりもおかずの種類が多く、好きなおかずはまねして作ってと言います。
- 何を食べたか、何がおいしかったか、何を残したのか など
- 献立を見ながら、おばあちゃんが話を振るので、一緒に聞いています 冷凍みかんも学校で出る事も前に聞きました!
- おいしかった、おかわりした など
- たまに「何やった?」とメニューを聞く位はある
- おいしかったものがあると話してくれます
- 献立や、おいしかったか?
- 好きな物が出た時、おかわりしたこと など
- パンの日の確認やごはんの量
- 苦手なものが出たか など
- おかわりで人気のあったメニューについて
- おいしかったもの、食べにくかったもの など
- おかわりして食べた物。今度作ってほしいもの など
- 「量が多い」「給食なら食べられる」と言ってます
- おいしい、量が多め
- その日の献立のこと
- 変わった献立の時は、家でも作ってほしいと言う

(3) 感想等

いつも栄養バランスを考え、低コストで量にも気をつけて頂き、ありがとうございます。たくさんの方の支えがあり、現在の給食をいただけることに感謝しています。自宅に帰ったら、子供たちに今日、栄養士の先生がお話されたことを伝えたいと思います。

かみかみメニューのかみごたえが、なかなか家で食べさせていないものでした。

栄養や、地産産物を考え、手間をかけておいしいお食事を毎日ありがとうございます。ご飯が炊ではなく平皿なのは、量が多いからでしょうか?

おいしかったです。栄養面もバツナリ。いつもおいしい給食をつくってくださってありがとうございます。

給食ありがたいです。味も外食だともう少し濃いですが、うす味でおいしかったです。食材にもこだわっていて、ありがたいです。いつもありがとうございます。

たくさんの方が参加されていてみなさん楽しそうでした。メニューはいつも思いますが、栄養満点で感謝です。これから子どもたちのためにおいしい給食を提供して下さい。

みだん作っていないカミカミメニューを食べ比べて小魚などおやつに出たりするのもいいなと思いました。ごはんが思っていたより多かったです。

子供達が毎日食べている給食を食べる事ができて良かったと思います。あと栄養士さんのお話なども聞いて勉強になりました。

大豆のかみかみメニューは、家であまりというかほとんど食べないので、とても良いことだと思いました。

大豆と小魚の揚げ物はすごくかみごたえがあり、すごくいいメニューだと思いました。家で作ってみようと思います。ごちそうさまでした。

まめの味がおいしく御飯がすすみました。白ごはん自体もおいしかったです。車麩、牛肉、大豆、枝豆、牛乳でたんぱく質が豊富でした。地産地消が良いと思いました。これからも頑張ってください。宜しくお願いします。

子供達の体のことを考えたメニューがうれしいです。毎日、手作りで温かいうちに食べられることや、安全(食中毒)に気を付けてもらっていることに感謝です。子供にもまたその事を伝えて、気持ちを込めて「いただきます」と言ってほしいと思います。

和食を中心にしたバランスのよいメニューに工夫されており安心しました。毎日ありがとうございます。家庭でも参考にさせていただこうと思います。

久しぶりの給食を食べ、なつかしかったです。

おいしくいただきました。今日ぐらいのかたさはみだんほとんど食べないかたさなので食べるのにつかれました。でもいいことだと思いました。

毎日おいしい給食ありがとうございます。30分前に校長・教頭先生が体をばっくりにしてくれていることにびっくりしました。安心して子供をまかせることが出来ます。

家ではやわらかく味の濃いものを好んでいますが、給食だと皆と楽しそうにおいしく食べている様子

みだんなかなか家で使わないような大豆や小魚などがとり入れてもらえて、嬉しく思いました。

今年の献立もおいしかったです。去年に引き続き2年度です。「大豆と小魚の揚げ煮」は普段の食事で作ったことがないので、子供が食べたのか…とても気がかりですが、このようなカミカミメニューも取り入れて献立を立ててくれている学校に感謝です。

子供の給食の様子がみられてよかった。試合の日の献立や食材など、参考になるお話がきけてよかった。いつもおいしい給食、ありがとうございます。

子供達が楽しみにしている毎回の給食のこんだて、安全面や地産地消の面でもいろいろ考えて下さり、感謝しています。食育を通しての成長もまた楽しみです。

家ではなかなか献立を作ることが難しいので、今日のような献立はありがたいです。家では上のお姉ちゃんたちと時々給食の献立の話をする。今でも中学校の給食がなつかしいようで、いい思い出になっているようです。あと8か月ほどになりましたが、よろしくお祈りします。

普段食べている給食を食べることができて良かったです。

授業参観に間に合うように終わってほしかったです。

子供達が食べているものを試食できて良かったです。

ごはんおいしかったです。意外と量があるんだなあと思いました。