



コンテナ車で各学校へ届けられる給食

献立表ができるまで
献立案作成（食材のバランスを考え栄養士が作成）
献立会議（学校、共同調理場関係者で検討）
物資選定委員会（野菜、肉を除く食材の審査）
献立表作成（学期ごと）

計十人の栄養士によって立案されます（左図参照）。炭水化物や脂質によるエネルギーの取り過ぎに注意し、成長期に必要なタンパク質・鉄分・カルシウム・ビタミン・食物繊維質をつまくり込んでいきます。ちなみに前橋市の場合はバランスよく食品を摂取しているので、文部科学

省の栄養素の基準を超えているとのことです。

食材は

生鮮野菜は、青果物協同組合の協力により、調理場の各地域で取れる新鮮な物を積極的に使っています。また、学校給食会により、残留農薬の抜き打ち検査も行われ、安全性には大きな注意を払っています。精肉も部位や脂肪分を指定し、より安全な物を精肉協同組合から仕入れています。

加工品は、物資規格基準に基づき、物資選定委員会の審査後に給食会で入札が行われ、納入業者が決定します。

人気メニューは

不動の一位はカレー。次いでシチュー、空揚げ、ハンバーグ

などです。やはり今の子どもたちは肉料理が好きなようです。主食は、週にご飯三回、パン二回、月にめん一回、スパゲティ一回などの割合で出されています。ご飯には月に二回麦を混ぜます。子どもたちには、パンよりご飯のほうが好評で、高学年になるほどその傾向が強いようです。

反対に不人気は、ヒジキのいり煮、切り干し大根の含め煮、肉ジャガなど。これらが、残飯として調理場に戻るのは残念です。また、好きなハンバーグにはキノコのソースを添えたり、地産産のゴボウを入れたりして工夫しているそうです。

最近では、偏食する子どもたちが多いようです。その原因の一つは、食経験が少ないということだと思えます。手間のかかる昔からの「おふくろの味」は嫌われがちです。学校給食では、この味を大切にしたいですね。

アイデアいろいろ

月ごとの行事や祭事のメニューを取り入れ、季節感を出しています。一月末に市役所1階市民ロビーで開催された給食展でレシピを募集した際、素晴らしいアイデア作品がたくさん寄せられました。早速四月から献立に取り入れられます。また、各

給食を楽しく



細野悦子さん
宮地町・46歳

献立会議のメンバーとして試食をし、給食の仕上がりな

家庭に打診して、それぞれの地域に伝わる伝統食なども取り入れていきたいものです。

4月の献立の例

- ・トマトスープ
- ・レシビ部門・市長賞の川口史帆さん(元総社南小・3年)の作品
- ・ホウレンソウオムレツ
- ・ロールパン
- ・牛乳
- ・バナナ



群馬を食べよう

「上州きんぴら」。これは群馬国体の時に考えられたメニューで、通常のゴボウとニンジンに群馬特産のコンニャクと豚肉を加えました。

最近では、「上州かみなりごはん」。これは炊き込みご飯で、県産の野菜に鶏肉やコンニャクを入れた物です。「ぐんまるくん」。これは群馬産小麦粉で作ったパンです。さらに、うどんやお切り込み、脱脂粉乳入り

どを考えて食材を審査しました。給食には、多くの人がかわっているのが、子どもたちも、食材の生産現場や調理過程を実際に見ると、食べ残しも減るのではないのでしょうか。でも、まずは子どもたちが楽しく食べられることが、一番大切なことですね。

1食の経費は

一食当たり、小学生二百三十三円、中学生二百六十七円。光熱費、人件費などは別で、食材だけの経費です。パンと牛乳は補助金が付きます。限られた枠内で、栄養のバランスのとれた魅力的な給食を作る工夫をしています。

成長期の子どもにとって、「食」の重要性は言うまでもありません。単に体だけでなく、精神面においても、愛情のこもった食事は欠かせません。子どもたちが「愛されているんだ」と実感できる食事を家庭でも出したいものです。

(市民編集委員・大崎、岡村、柿本、金本、寺沢、三輪)

問い合わせは広報広聴課 890 6642へ。