

# 学校給食のしおり

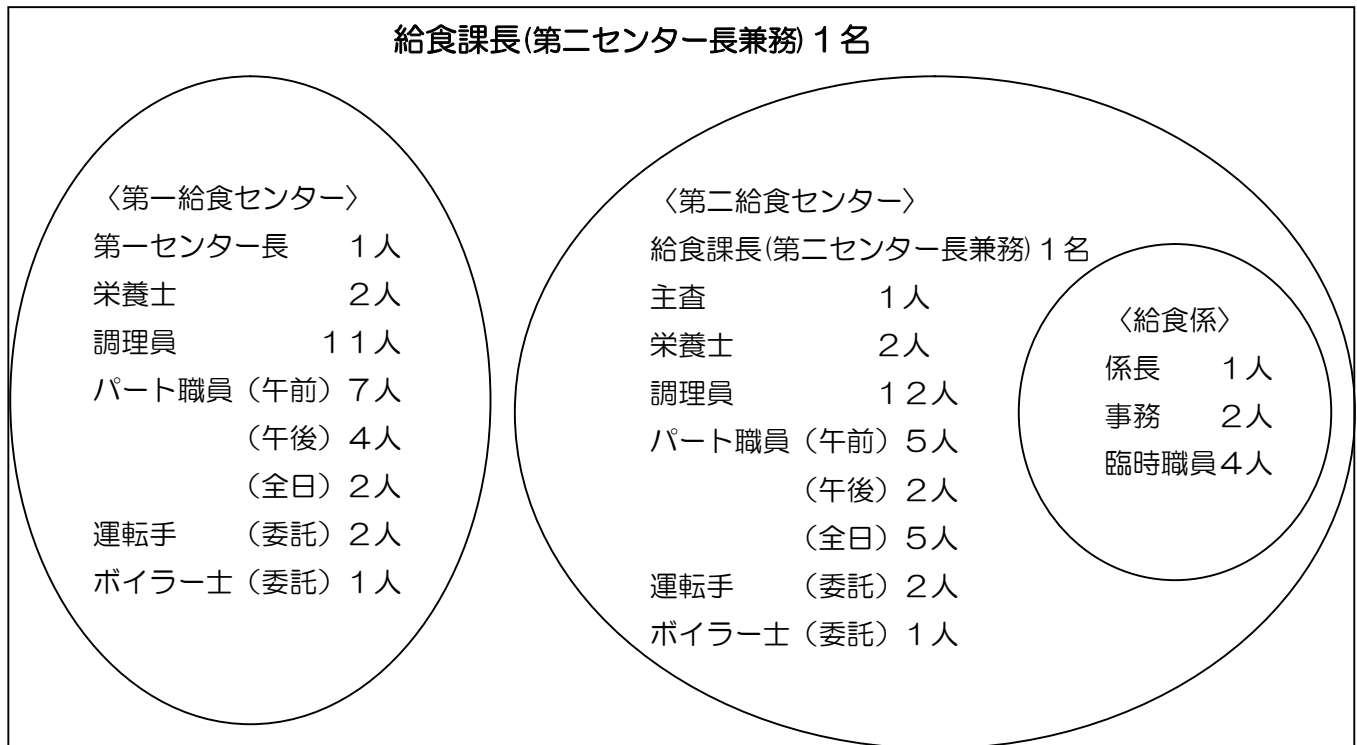


平成 21 年度  
東大和市給食センター

## 1. 施設概要

	第一給食センター	第二給食センター
所在地	東大和市奈良橋4-573	東大和市立野3-630
電話番号	042-561-2210	042-564-1282
開設	昭和42年	昭和48年

## 2. 職員構成



## 3. 管轄

**〈第一給食センター〉**

一小・二小・三小・四小・五小・六小・七小・九小 の小学校8校の給食を作っています。

食数 (H21年4月現在)	
低学年	1162人
中学年	1224人
高学年	1409人
合計	3795人

**〈第二給食センター〉**

八小・十小 の小学校2校、  
 一中・二中・三中・四中・五中の中学校5校、合計7校の給食を作っています。

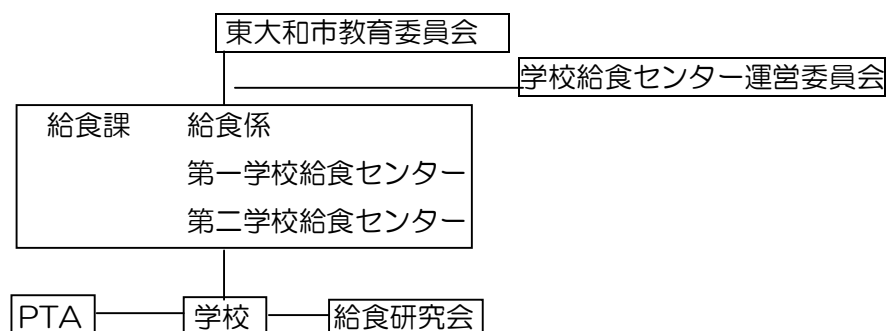
食数 (H21年4月現在)	
低学年	403人
中学年	369人
高学年	400人
中学生	2170人
合計	3342人

## 4. 給食費

( 単位 : 円 )

		一食単価	月額	試食会費単価
小学生	1年生	203.93	3,370	200
	2年生		3,480	200
	3・4年生	219.38	3,740	210
	5・6年生	237.92	4,060	230
	中学生	264.00	4,320	260

## 5. 運営



## 6. 学校給食の目標

学校給食は食事をするだけでなく、次のような目標のもとに、教育の一環として行われています。

□ 学校教育の目的〔児童・生徒の心身の健全育成〕を実現するため、  
学校給食を通して

- ① 適切な栄養の摂取による健康の保持増進を図る。
- ② 日常生活における食事について正しい理解を深め、健全な食生活を営むことができる判断力を培い、及び望ましい食習慣を養う。
- ③ 学校生活を豊かにし、明るい社交性及び協同の精神を養う。
- ④ 食生活が自然の恩恵の上に成り立つものであることについての理解を深め、生命及び自然を尊重する精神並びに環境の保全に寄与する態度を養う。
- ⑤ 食生活が食にかかわる人々の様々な活動に支えられていることについての理解を深め、勤労を重んずる態度を養う。
- ⑥ 我が国や各地域の優れた伝統的な食文化についての理解を深める。
- ⑦ 食料の生産、流通及び消費について、正しく理解を導く。

などを身につけることにより、児童・生徒の食に関する正しい理解と適切な判断力を養ううえで、重要な役割を果たしていきます。

(学校給食法から)

## 7. 栄養について

区 分	栄 養 量			
	児童（6～7歳） の 場合 1.2年生	児童（8～9歳）の 場合 3.4年生	児童（10～11歳） の場合 5.6年生	生徒（12～14歳） の場合中学生
エネルギー（kcal）	560	660	770	850
たんぱく質（g） 範囲 *1	16 10～25	20 13～28	25 17～30	28 19～35
脂質（%）	学校給食による摂取エネルギー全体の25～30%			
ナトリウム（食塩相当量）（g）	2未満	2.5未満	3未満	3未満
カルシウム（mg） 目標値 *2	300 320	330 380	350 380	400 480
鉄（mg）	3	3	4	4
ビタミンA（μgRE） 範囲*1	130 130～390	140 140～420	170 170～510	210 210～630
ビタミンB1（mg）	0.4	0.4	0.5	0.6
ビタミンB2（mg）	0.4	0.5	0.5	0.6
ビタミンC（mg）	20	23	26	33
食物繊維（g）	5.5	6.0	6.5	7.5

\*1 範囲・・・示した値の内に収めることが望ましい範囲

\*2 目標値・・・摂取することがより望ましい値

## 8. 給食内容について

児童・生徒のみなさんの嗜好を配慮するとともに、給食を通じてできるだけ多くの経験をしてもらいたいと考えています。栄養バランスのとれた、おいしく、衛生的に安全な給食作りを目指して、栄養士（栄養教諭）と調理員の全員が力をあわせて給食を提供できるように毎日努力しています。

### ☆主食

・ごはん： 週に約3回程度実施しています。白飯のみ委託しています。炊きこみの味付ごはんは給食センターの蒸気釜を使って炊いています。五目ごはん、ピラフ、チャーハンなどの他に、たけのこごはん、グリーンピースごはん、さつまいもごはん、赤飯など季節のごはんも取り入れています。給食センターで炊くごはんには、麦を入れることもあります。



・パン： 週に2回程度実施しています。食パン、バターロールパン、ソフトフランスパン、チーズパン、ダイスチーズパン、ミルクパン、黒砂糖パン、ぶどうパン、胚芽パンなどの他に蒸しパンなどを月に1～2回程度取り入れています。また、サンドイッチ形式のパンや朝焼きのパンも取り入れています。



・めん： 10日に1回程度実施しています。スパゲッティ、ラーメン、焼きそば、うどん、つけめんなどです。

## ☆牛乳



牛乳は大切なカルシウム源で、ほぼ毎日つきます。成分は市販の牛乳と同じです。発酵乳、お茶などを献立によって出すこともあります。

## ☆おかず

- ・季節感を味わえるように季節の素材を多く献立に使用するようにしています。また、多くの食品に慣れるように組合せを考え献立を工夫しています。
- ・日本の食文化を大切に考え、日本食の良さを多く取り入れて、行事食も取り入れています。
- ・噛むことを意識して食べる機会を持つために「カムカムメニュー」を取り入れています。
- ・「だし」や「スープ」は、けずり節、昆布、鶏がらを使用し、シチューやカレーの「ルウ」は小麦粉とバターからつくっています。
- ・調味料についても考慮し、砂糖はきび砂糖、塩は天然の粗塩、しょうゆ・みそは遺伝子組換えでない大豆を使用したものを使っています。
- ・豆腐、生揚げ、油揚げ、大豆もやし、ホールトマト缶なども遺伝子組換えでない材料を使用したものを使っています。
- ・O157の食中毒事件が起こってから（平成8年9月以降）、生野菜はそのまま出すことができないので、茹でたり、炒めたりして温野菜にして出しています。
- ・また、果物はみかんなどのかんきつ類を中心にしています。皮をむく果物（りんご、なしなど）は現在のところ出していません。



## 9. 衛生について

### (1) 検収

納品された食品ごとに、生産地、生産したメーカー、期限表示、数量、鮮度、品温、異物の有無などをチェックします。

### (2) 食中毒防止対策について

調理食品については、内部温度が計れる温度計で内部温度を計り、75度で1分以上加熱したことを確認し、記録をとっています。（あさり等の二枚貝は85度1分以上の加熱）また、塩・砂糖などの調味料、乾物を除いた原材料すべてと出来上がった料理を一つずつ密閉できるビニール袋に入れて、-20度以下で2週間保存しています。

### (3) 職員の細菌検査

毎月2回赤痢菌、サルモネラ菌、病原性大腸菌（O-157）の細菌検査を給食従事職員全員が行っています。

### (4) その他の検査

- ・食品の衛生検査……6～7月、9～10月の年に2回程度集中的に給食で使用する食材や出来上がった料理の細菌検査や残留農薬検査などを行っています。
- ・拭き取り検査……食品の検査と同時期に、調理場内の拭き取り検査や調理員の手指の細菌検査を保健所の協力を得て行っています。

# 給食センターの機械・器具

給食センターでは、大量の食材を切ったり、煮たり、焼いたり、揚げたりしています。調理員が一生懸命作っているのと同じように、給食センターではいろいろな機械・器具が活躍しています・・・ここではそんな、機械・器具の一部を紹介、説明します。



## 球根皮むき機

玉ねぎ・ジャガイモ・にんじん  
ごぼう・・・皮をむくのはこの  
機械です。毎日、300キロ近  
い野菜の皮をむいています。



## フードスライサー

球根皮むき機で処理  
された野菜は、このフー  
ドスライサーで切ります



## フードカッター

野菜をみじん切りにする  
機械。主に、たまねぎ・  
にんじん・にんにく・し  
ょうが・パセリなどをみ  
じん切りにしています。



## 蒸気釜

主食（料理）はすべて  
この蒸気釜で・・・  
米を炊いたり、シチュ  
ーを作ったり、胡麻和  
えなどに使用する野菜

もこの釜でボイルします。通称「1000人  
釜」・・・この釜1基で1000分の料理が煮炊  
きできます。給食センターには、8基あります。



## 焼き物機

肉や魚・・・ウインナー  
などを焼きます。1ラッ  
クで約200人分の食  
材を焼くことができま

す。給食センターには、2基設置してあります。



## 揚げ物機

連続揚げ物機「フライヤ  
ー」。毎日のように動いて  
る機械。焼き物機と同じよ

うに、肉や魚・・・天ぷらやとんかつ等を揚げて  
います。2時間で約2000個近い食材を揚げる  
ことができます。



## 消毒保管庫

食缶・天ぷらパット・へ  
ら（かき回す棒）などを  
収納してあるところ

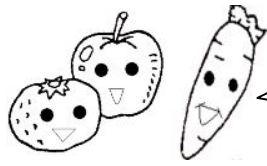
庫内温度は、90℃まで上がり、消毒をし保管  
しておくもの大型消毒保管庫を2基設置して  
あります。



## 食器具消毒保管庫

ボールにバケツ、スプーンに  
味見用のお玉や、焼き物に使用  
するフライ返しなど、細かい食  
器具を消毒・収納する保管庫。

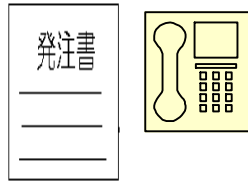
消毒保管庫同様、約90℃  
まで庫内温度を上げて消毒しています。



給食ができるまで



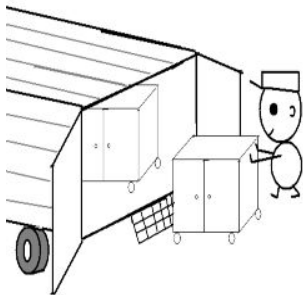
献立会議



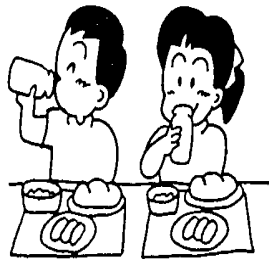
発注



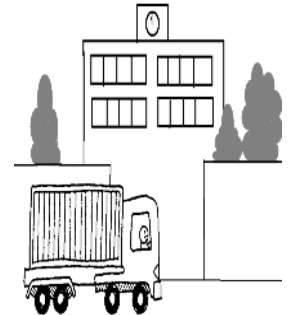
調理



回収



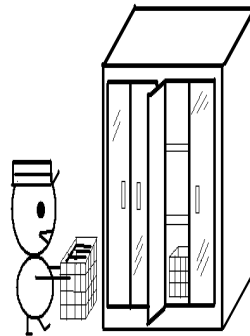
給食



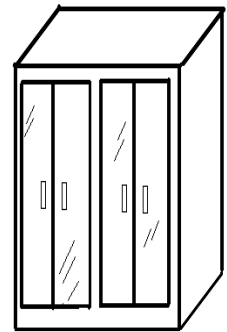
配送



洗浄



消毒



保管