

かめやま教育通信

第74回



おいしい給食を作るには？

成長期の子どもたちにとって、学校給食は大きな役割を果たしています。身体の成長に必要な栄養をバランス良く摂取することは、健全な心の成長にも不可欠です。市では、子どもたちにおいしい給食が提供できるよう、いろいろな工夫をしています。

1. 食材

地元産の材料を多く使うように工夫しています。

例えば、週に4回の米飯給食には、市内産・県内産の米を使用しています。また、牛乳は県内産で、タンパク質が変性しにくく、牛乳本来の風味を味わえる低温殺菌のものを使用しています。

ほかにも、市内産の野菜、大豆、豚肉、茶葉などを使った「かめやまっ子給食」を、年間20回程度実施しています。

かめやまっ子給食



亀山コロッケ



2. 献立

手作りのおいしさが出るように工夫しています。

例えば、カレーやシチューは市販のルーを使わず、米粉を使用してスパイスや調味料を加えるところから作っています。

また、麻婆豆腐や八宝菜は、醤油、みりん、赤みそ、豆板醤、ニンニク、ショウガ、ネギなどで味を付け、片栗粉でとろみをつけています。

ほかにも、煮魚やイワシのかば焼き、フライビーンズ、レンコンチップスなど、手間をかけて素材の味を生かす献立を作成しています。

3. 調理

安全・安心な給食を提供するため、毎朝、作業前に打合せや施設の点検を行っています。白衣に着替えて手洗い・消毒、食材の鮮度や数量の確認・記録、下ごしらえや調味料の計量など、調理前にもたくさんの仕事があります。

また、調理作業にもいろいろな工夫があります。

例えば、野菜類は、水道水を流した水槽で3回洗っています。葉物は、1枚ずつバラバラにして洗い残しがないようにしています。また、肉類はあらかじめ切ってあるものを使用し、調理する人を分けるようにしています。

ほかにも、加熱調理の際は中心温度を測定し、十分に火が通っていることを確認することや、下ごしらえと和え物は作業を別にするなど、常に衛生管理を意識して作業を行っています。

給食の仕事では、子どもたちの「おいしかった」という声を聞くことが何よりうれしいです。今後も、さまざまな工夫により、おいしい給食づくりに努めていきます。

調理の様子



問合せ 教育委員会事務局教育総務課保健給食グループ(☎84-5073)