

# みやぎ学校給食だよい

～ゆたかな心を育て、じょうぶな体をつくる学校給食～



平成31年3月号

編集・発行

公益財団法人  
宮城県学校給食会

第6回宮城県学校給食『伊達な献立』コンクール



展示会2018



## ○ 目 次 ○

### ○事例紹介

- 宮城県立名取支援学校 ..... 2  
仙台市立錦ヶ丘小学校 ..... 3

### ○レシピ紹介

- 塩竈市立浦戸小中学校(塩釜サラダ) ..... 4  
仙台市立鶴谷小学校(曲りねぎのクリームスープ) ..... 5

○小麦粉からパンができるまで ..... 6

○県産品紹介 ..... 7

○学校給食用物資価格動向 ..... 8

# 宮城県立名取支援学校

校長：佐藤 百合 教諭(給食主任)：佐々木 陽子 技術主査(栄養士)：小原 美紀

本校は、仙台市南部及び名取市、岩沼市、川崎町に住んでいる知的障害のある児童生徒が学ぶ特別支援学校です。他の障害を併せ有する児童生徒も多く在籍していますが、児童生徒は皆、障害に負けず様々な支援を受けながら、明るく精一杯学校生活を送っています。今年で創立30周年になります。

今年度の給食数は369食で、（小学部73食・中学部48食・高等部105食・教職員143食）県内の特別支援学校では3番目の大規模学校です。

本校の給食は、普通食からミキサー食まで児童生徒の摂食機能や発達段階に応じて食べ物の固さや大きさなど、可能な限り食べやすい食形態で提供するよう調理を行っています。またアレルギー調査に基づき食物アレルギーや服用している薬のアレルギーにも対応しており、医師の診断書や指示書に従い除去食や代替食を提供しています。

## ★献立の紹介★

### <秋の味覚献立>

- ・きのこごはん
- ・鮭の西京焼き
- ・いんげんのおかか和え
- ・いもの子汁
- ・お米のムース
- ・牛乳

特別支援学校の給食は、学校給食でありながら病院における治療食や、介護食のような一面もあり、学校給食とは全く違った知識や技術が求められます。日々勉強を重ねながら情報を集め、さらに学級担任、保護者、主治医等との連携を深めながら、児童生徒たちにとってより良いものになるよう検討を行っています。

\*普通食\*



\*ミキサー食\*  
ごはんはおかゆをミキサーにかけます。  
きのこごはんの具は別に盛り付けています。  
鮭とあえ物の野菜（いんげん・もやし）はそれぞれ圧力鍋で柔らかく調理した物をミキサーにかけています。



\*刻み食\*  
ごはんは全がゆです。  
あえ物の野菜は小さく切ってから鍋で柔らかく茹でています。  
鮭は焼いた物をほぐし、少量のミキサー食を混ぜてまとまりを出しています。

## ★特別食の調理工程★

### <本校で提供している食形態>

- ①ごはん（おかゆ・ミキサー）
- ②パン（ミキサー）
- ③おかず（柔らか刻み・ミキサー）
- ④麺（刻み・ミキサー）
- ⑤くだもの（ミキサー）

特別食であっても「学校給食衛生管理基準」に則り調理を行います。抵抗力の弱い児童生徒たちの食事であることから、食材の温度管理や機械器具の取り扱いには、更に細心の注意を払い調理にあたります。

固さの残る食材は、別に鍋で時間をかけて加熱したり、圧力鍋を使って調理し柔らかくする工夫をしています。

ペーストを作る際は、ミキサーやハンドブレンダー、ブリクサーなどの専用の調理器具を使い、なめらかで粒々の残らないように仕上げます。ペーストを胃瘻から注入し給食をとっている児童生徒もいます。



普通食とは別に柔らかく煮ています。



ミキサーやブリクサーを使いペースト状にします。



網でこしてなめらかに仕上げます。

# 仙台市立錦ヶ丘小学校



校長：八島 均 教諭(給食主任)：中廣 和恵 主査(栄養士)：山内 理恵

錦ヶ丘小学校は、開校4年目の仙台市西部の錦ヶ丘住宅地に位置した単独調理校です。開校以来、地域住民の増加とともに児童数も増え、現在1,084名の子供たちが学び、毎日約1,150食の給食を調理しています。子供たちは明るく元気に学習に励み、毎日の給食を楽しみにしています。

本校では、健康な体づくりを目指し、「錦ヶ丘ワルツ～3拍子～」をテーマとして、食育、体育、保健の3領域を重点的に取り組んでいます。特に食育の分野では、「給食を中心とした」食に関する指導を行っています。

## 施設

本校の調理室は、市内単独調理校としては一番新しい施設です。毎日安全安心な給食を提供するとともに、美味しい給食を目指し、栄養士、給食技師、給食パート職員合わせて13名のスタッフで給食業務を行っています。

施設形態はドライシステムで延床面積822.4m<sup>2</sup>、最大提供数1,500食の施設です。本校には炊飯施設もあり、毎日炊きたてのご飯も提供しています。



## 食育

「錦ヶ丘ワルツ～3拍子～」を中心に「食育」の推進に努めています。「食育」では、日常的に各学級に栄養士を招き、「健康に欠かすことのできない食事」の基本から「必要な栄養」「理想的な食事」等について、学級担任とともに指導に当たっています。また、絵本に出てくる食事を取り入れた給食提供の際には、給食時間を活用して、栄養士や図書事務員がテレビ放送や学級訪問を行い、お話を聞かせる活動も行っています。



## 献立

本校は自校炊飯を行っています。毎日栄養バランスを考えた献立を工夫しているとともに、きのこご飯やターメリックライス、夕焼けご飯など、子供たちが楽しく喜んで食べてもらえるような給食を提供しています。

本校の子供たちは美味しくしっかりと食べる習慣が身に付いています。ほぼ毎日全学級が完食します。一人一人が学校給食を大切に考え、健康維持増進に取り組んでいます。また、卒業前の6年生には、卒業お祝いのバイキング給食も実施しています。毎年恒例となり、子供たちはとても楽しみにしています。



# ♪レシピ紹介♪

冬

副

菜

## 【料理名】 塩釜サラダ

レシピ提供施設

塩釜市立浦戸小中学校

栄養士：福地 奏



材料（一人分）★は宮城県産 ( ) 内は中学校分量

★生わかめ	3g( 5g)
★笹かまぼこ	10g(15g)
きゅうり	10g(15g)
冷凍むきえび	10g(15g)
冷凍いかかのこ	8g(10g)
キャベツ	15g(20g)

A

レモン汁	1.5g(1.7g)
こいくちしょうゆ	1.0g(1.2g)
上白糖	0.6g(0.8g)
米油	1.5g(2.0g)
七味とうがらし	少々

### 作り方

- わかめは2cm位に切り、さっとボイルする。
- えびは片栗粉と塩（分量外）で揉んで臭みを取り、いかと一緒にボイルする。
- 笹かまぼこは、1cm幅に切り、ボイルする。
- きゅうりは輪切り、キャベツは太めの千切りにしてボイルする。
- ①～④を冷却する。
- Aを混ぜ合わせドレッシングを作り、⑤に和え、器に盛り付ける。

## 給食会職員紹介

小野 瑞穂（物資課長）

安全で安心な食材をより安く皆さんに提供できるよう、努力して参りますので、よろしくお願ひいたします。



萩本 海斗（物資課 主事）

今年度入社した新人です。色麻町、大和町、大衡村、大郷町、涌谷町、美里町などを担当しております。一生懸命がんばりますので宜しくお願ひいたします。



冬

汁

物

# 【料理名】曲がりねぎの クリームスープ

レシピ提供施設

仙台市立鶴谷小学校

主任(栄養士) : 鈴木 裕子



仙台曲がりねぎは、一度ねぎを土から抜き、もう一度土の上に寝かせ植え直す「やとい」という栽培方法で生産されます。「やとい」は手作業で行うので大変な手間がかかりますが、横倒しになったねぎが立ち上がりようと曲がって成長するストレスによって、香りや甘みが強いねぎに育ちます。加熱するとさらに甘みが増し、とろった食感を味わえます。

いつもは和食で食べることの多い曲がりねぎがクリームスープになり、子供たちはねぎの甘さや食感に驚いていました。

材料（一人分）★は宮城県産

★曲がりねぎ	15g
じゃがいも	30g
にんじん	20g
パセリ	0.3g
有塩バター	0.5g
コンソメ	0.8g

乾燥ポタージュ	3.5g
牛乳	50g
生クリーム	2g
食塩	0.5g
白こしょう	0.03g
水	50g

## 作り方

- にんじんはせん切り、じゃがいもはさいの目切り、曲がりねぎは1センチの小口切り、パセリはみじん切りにする。
- バターでにんじん、曲がりねぎを炒める。
- 水を加え、じゃがいも、コンソメを入れて野菜を煮る。
- 牛乳で乾燥ポタージュを溶く。
- ④のポタージュを加え、塩、こしょうで味を調整、パセリ、生クリームを入れて仕上げ、器に盛り付ける。

武田 政弘（配送担当）

物資配送を担当しております。  
安全で安心な物資の納品を心掛けて参りますので、今後ともよろしくお願ひいたします。



宇都 隼史（配送担当）

物資配送を担当しております。  
皆様には、信頼できる物資を迅速・正確にお届けいたしますので、どうぞよろしくお願いいたします。



# 小麦粉からパンができるまで

原料の小麦粉はカナダとアメリカから輸入されたものが70%と宮城県産の小麦が30%ブレンドされています。



①仕込



学校給食パン宮城協業組合

小麦粉はサイロに投入されます。(最大15トン)

ミキサーに材料を投入し生地を作ります。

少量の製造は縦型のミキサーを使用



④成形



一旦、潰して余分なガスを抜き、パンの形にします。(手作業)

15分ほどプルファーの中で休んだ生地は成形し易くなります。

プルファーという機械で生地を休ませ、生地を熟成させます。

生地を寝かせ(第一発酵)それぞれのパンの大きさに切って丸めます。



成形後、パンを焼くための板(天板)に生地を載せます。

ラックに天板を載せて1時間程、高温多湿の発酵室(ホイロ)に入れます。

発酵が済んだ生地をガストンネルオーブンに送り込みます。(自動搬送)

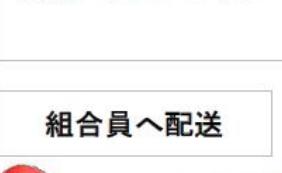
天板ごとトンネルオーブンを進み15分ほどで焼きあがります。



品目、量目、組合員別に番重へ詰めていきます。

45分程冷ました後、包装機に投入します。

焼きたてのパンを天板から掬い取り、冷ます為のクーリングコンベアーに載せます。



箱入数の確認や異物が無いか専任の担当者が検品を行います。

組合員ごとに箱数を確認し、配送業者に引き渡します。

組合員へ配送



学校・クラス別に詰替えお届けします。

# ☆県産品紹介☆

## 【宮城県産 あっという米(白)】

宮城県仙台市産ひとめぼれを使用した「あっという米（アルファ化米）」です。

あっという米は吸水性に長け、短時間で調理が可能なことから、各学校給食現場においてさまざまなアレンジを加えた混ぜごはんに利用いただいている。

宮城県内では特に仙台市内単独調理校様に多く採用いただいている、きのこごはん、五目ごはん、えびピラフ、ジャンバラヤなど、栄養士の先生方のアイデアによって、たくさんのレシピが生まれています。仙台市の半分は、通常1食盛付の米飯供給方式のため、手軽にさまざまな混ぜごはんを提供することが困難であり、栄養士の先生方や調理員の皆さまの努力により、子供たちにも大変好評な混ぜごはんを実施いただいている。

米重量の約1.8倍の水量（具材から出る水分や調味液等含む）で炊飯してください。

具材と調味液、加水を加熱したところに、あっという米を投入し搅拌しながら加熱します。弱火に落として回転釜の蓋を閉め蒸らします。蒸らし工程の途中で搅拌し、コゲつきを防止しつつ水分の調整をし完成です。

メーカー協力による、試験立会炊飯なども承っています。

今後も、主食を彩るおいしい宮城のお米をお届けいたします。

製造元： アルファー食品株式会社



♪立会炊飯の様子♪

宮城県産玄米を製造元の会社  
(島根県)へ輸送 / Go～！！

☆製品画像☆

## 【くじらチャプチエ春巻き】(製造元：沓掛冷食 有限会社)

宮城県石巻市は、全国有数の捕鯨基地があり、くじらを食する文化が根付いている地域です。

先の東日本大震災において被災された「木の屋石巻水産」。創業した昭和32年は、まだ戦後の食糧難を引きずっていた時代。鯨肉は栄養豊富な食料として、日本の食卓に欠かせないものでした。

当時、石巻の港には三陸の鯨が活発に水揚げされていました。肉だけでなく、鯨の皮や脂を加工する工場も多く立ち並んだことから、石巻は次第に「鯨のまち」と呼ばれるようになりました。

昨今、くじら製品は価格の高騰も影響し、学校給食における利用は大幅に減少しています。しかしながら学校給食週間等において需要は高く、安価且つ汎用性の高いくじら製品が求められていました。

そこでくじらの加工に定評のある木の屋石巻水産様協力のもと、「くじらそぼろ大和煮」が完成しました。

さらに、より学校給食用に使用しやすい製品を求め、くじらそぼろを活かせるメニューとして『くじらチャプチエ春巻き』が出来上りました。

くじらそぼろ大和煮製造元： 株式会社 木の屋石巻水産



# 学校給食用物資 価格動向

## 平成31年度 学校給食用物資の供給価格に関する情報について（お知らせ）

### 1 米穀（精米）

平成30年産玄米の供給価格は、既にお知らせしましたとおり（「平成30年度第4期（1月～3月）学校給食用米穀の供給価格について（通知）」）前期と変更ありません。

### 2 米飯

米飯価格につきましては、ここ数年米穀価格の変動以外の値上げ幅について極力最小限に抑えてきましたが、宮城県の最低賃金の上昇及び人材確保のための加工賃の値上げをせざるを得ないものと考えております。

精米価格を含めた一食当たりの値上げの時期及び値上げ幅については、別途「平成31年度第1期（4月～7月）学校給食用米穀の供給価格について（通知）」にて通知させていただきます。

### 3 パン（小麦粉等）

米飯価格同様、パン製造加工費についてもここ数年は値上げ幅を抑えてきましたが、上記同様の理由から、上げざるを得ないものと考えております。

パン価格一食当たりの値上げの時期及び値上げ幅の概略についても、その都度「平成31年度第1期（4月～7月）学校給食用パンの供給価格について（通知）」にてお知らせいたします。

### 4 その他

これら基本物資に関する値上げの他、来年度（2019年度）10月からは、消費税率が8%から10%に引き上げられることから、これに伴う値上げも想定されるところです。

食料品については、軽減税率導入のため、大きな価格変動はないものととらえてはおりますが、食料品以外の衛生用品、包装資材等の値上げや電気、ガス、ガソリン、送料等の上昇等から、基本物資同様、一般食材等についてもある程度の値上げも考慮しなければならないと考えております。

### 5 まとめ

以上のことから、今年度分の値上げ（平成31年1月）と別に、来年度は4月に実施することを検討しております。

何卒ご理解とご協力を賜りますようお願い申し上げます。

### 編集後記

本号発刊に際し、ご多忙中にも関わらず快く寄稿いただきありがとうございました。

今後も市町村や学校等で行われる食育の取り組みなどをご紹介いたします。

### 編集委員

宮城県教育庁スポーツ健康課  
学校保健給食班 主幹 指導主事 佐々木 涼子

仙台市教育局 総務企画部  
健康教育課 栄養士 上野 優

公益財団法人 宮城県学校給食会  
食育安全課 主事 飯田 茜  
嘱託職員 里見 久美子

### 編集・発行

公益財団法人宮城県学校給食会  
仙台市宮城野区折江17-1  
TEL 022-257-2324  
FAX 022-291-8203  
Mail miyagi@m-kengakukyu.or.jp  
HP <http://www.m-kengakukyu.or.jp>