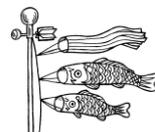


「ぽくぽくだよい」

令和7年5月号



風薫る5月、さわやかな季節となりました。
運動会の練習も始まります。気持ちのよい汗を流し運動の楽しさを味わってほしいですね。引き続き、手洗いや健康管理についても気を付けましょう。

今月の給食目標

しっかり手を洗い、準備と片付けを上手にしよう

さて、先月は文部科学省が定める学校給食法の「給食の目的・目標」についてのお話でした。今月は、具体的に毎日の給食がどうやって作られているかお話しします。

毎日の学校給食は、どうやって作っているの？

Q、給食は1食いくらでできているの…？

小学部 370円(保護者負担 300円)、
中・高等部 407円(保護者負担 318円) です。



近年の物価高騰のため1食単価を変更しています。食材費高騰分は岡山県が負担しています。給食費として集金するものは、1食単価から食材費高騰分を引いた**食材費のみ**です。また、給食を作るためには、建物・設備・食器や器具・人件費・電気・ガス・水道代などの費用もかかります。建築にあたっては一部国の補助金が出ています。その他は、学校給食を運営する岡山県が負担しています。(集金が滞らないようにお願いします。)

Q、メニューはどうやって決めているの…？



1ヶ月を単位として、週3~4回のごはん(倉敷産:朝日米)、月2回のめん類(20%岡山県産の米粉入り)、その他パン(20%岡山県産の米粉入り)という主食です。

牛乳は、岡山県内の生乳 100%です。カルシウムの供給源として欠かすことができません。給食のある日とない日で、児童生徒の栄養供給量を調査すると給食のない休日は、明らかにカルシウム

不足が指摘されています。タンパク質も同時に摂ることのできる牛乳は、吸収率もよく効果的で、飲み物というより食べ物です。

そして、できるだけ和食メニューに心掛け、季節や行事に合わせるとともに地元の食材を多く取り入れ、地産地消や児童生徒の嗜好等に配慮しています。

また、公益財団法人倉敷市学校給食会の理解のもと、共同入札を実施しています。安全を一番に考慮された物資を安定的に供給してもらえるので、安価で運営することができます。

Q, 添加物などの安全や衛生は…?

だしについては、「かつおぶし・だし昆布・煮干し・濃縮タイプの鶏ガラや豚骨だし」など天然のものを使用しています。給食に使用する物資は、県の給食会や倉敷市の給食会で検査が行われ安全を確認したものを使用しています。冷凍食品は、できるかぎり使わないように心掛け、手作りに努めています。

給食室内の衛生管理には、十分配慮し果物等、生で食べるもの以外は、十分な加熱をしています。また、専門家である保健所の衛生指導や学校薬剤師による定期点検も実施しています。



作ってみよう!

「目に青葉山ホトトギス初鯉」旬のかつおを使った「かつおのかりんとうがらめ」のレシピを紹介します。

(材料 4人分)

かつお 2 cm角 300g
「しょうが(みじん) 少々
A 酒 小さじ1
しょうゆ 小さじ1
片栗粉 大さじ2
揚げ油 適宜
「砂糖 大さじ1
B 酒 大さじ1/2
しみりん 大さじ1/2
アーモンド 30g

(作り方)

- ① かつおは、2 cmくらいの角切りにしAで下味を付ける。
- ② ①に片栗粉を付けて油で揚げる。
- ③ アーモンドは細かく碎き、フライパンで軽く炒っておく。
- ④ Bを合わせて加熱し、タレを作る。
- ⑤ ②~④を和える。

※ 生のかつおのたたきが苦手な人でも、揚げてあるのでおいしく食べられます。

