

# 給食通信

令和5年7月11日 126号  
調布市学校給食運営協議会  
会長 濱松章洋  
(調布市立深大寺小学校校長)

## 給食費は安いだから安っぽい？

調布市立深大寺小学校  
校長 濱松章洋

### 給食費は **安い** その理由を知っていますか？

給食費は、小学校低学年で258円。中学校では340円です。だから、給食は**安っぽいもの**だと勘違いされることがあります。調布市の給食では、昆布やカツオ節など、天然出汁にこだわり、出汁のとり方の研修もし、共通理解の下提供しています。では、食材費が安いのか？そんなことはありません。だから、レストランや食堂はもとより、家庭でも、同じ原材料を使ってこの値段で作ることは不可能です。

なぜなら、給食費が安いのは、食材費しかご負担いただいていないからです。人件費・施設設備費、消耗品や備品の費用、光熱費やテナント料などについては市が負担し、一切かかっていないからなのです。

そして食育は 知育・徳育・体育の基礎です。だから、子供の健やかな成長の土台とされているのです。給食は、食育の「楽しく味わって学べる勉強時間」なのです。



## 給食で学べる事は生涯の財産 給食は食育の授業時間です

給食をとおして次のようなことを学べます。

- 食事の喜びや楽しさなど**食事の重要性**について
- 望ましい栄養や食事の取り方など**心身の健康**について
- 食品の品質や安全性など、**食品の選択**について
- いただきますという言葉に代表されるように、食べ物を大切にする**感謝の気持ち**について
- マナーや食事を通じた人間関係形成能力など**社会性**について
- 産地や郷土料理、世界の料理や行事食など**食文化**について

調布市・調布市教育委員会は、のぼり旗を立てて食育に取り組んでいます。

今年度から、調布市公立全小中学校の栄養士と全食育リーダーが集まって、調布市の子供たちのために、食育の充実を図ってまいります。

## 夏野菜の 酢鶏



### 材料 (5人分)

・鶏肉 200g	・パプリカ 35g	・椎茸 10g
・生姜汁 1g	・ピーマン 25g	・ガラスープ 50g
・塩 0.8g	・かぼちゃ 150g	・砂糖 9g
・酒 5g	・人参 50g	・塩 1.3g
・しょうゆ 8g	・玉ねぎ 150g	・クチャツブ 20g
・片栗粉 適量	・たけのこ 35g	・酢 9g

### 作り方

- 【1】鶏肉をひと口大に切り、調味料★で下味をつける。
- 【2】野菜を食べやすい大きさに切る。
- 【3】鶏肉に片栗粉を付け、油(分量外)で揚げる。  
かぼちゃ、パプリカ、ピーマンを素揚げする。
- 【4】人参、玉ねぎ、たけのこ、椎茸を油(分量外)で炒め、火が通ったら調味料▲を入れる。
- 【5】全て混ぜ合わせたら完成。  
夏野菜を美味しくいただきます！



# 学校給食を覗いてみよう

## ～衛生管理編～

学校給食は、数人分を作る家庭と異なり、何百人分の食事をつくります。そのため、家庭で作る時には、行わないような工夫がたくさんあります。出来上がった給食からは見えない、「舞台裏」を、今回はいくつかご紹介します。

### その1 カラフルなエプロン

給食室では、さまざまな色のエプロンを使い分けています。各自が好きな色を使っているのではなく、作業や場所ごとに色が決められています。色を分ける理由は、食中毒などの原因となる菌を持ち込まないためです。例えば、「下処理用」，「調理用」，「完成品の配膳用」と分けており、エプロンの色を見れば、何の作業をしているかわかるようになっています。エプロン以外にも、靴、ザル、まな板、洗い物用のスポンジなども、色分けして使っています。



### その2 異物混入の予防

給食では、異物混入が起こらないよう、特に留意しています。例えば、

- ① 髪の毛が混入しないよう、インナーキャップの中に髪の毛をしっかり入れてから、帽子をかぶります。さらに給食室入室前には、全身に粘着テープのローラーかけをします。
- ② 野菜は、葉の表・裏に虫が付着していないか確認しながら、流水で3回洗います。
- ③ 包丁・へらなどの調理器具類は、使用前と使用後に刃こぼれをしていないか調べます。



### その3 温度確認と記録

国の定める「学校給食衛生管理基準」に基づき、調理したものは全て食品の中心の温度を計測します。温度の基準を満たしていない場合は、基準を満たすまで加熱または冷却します。温かいものは、75℃以上、冷たいものは、10℃以下であることを確認し、記録します。



食中毒及びその疑いが発生した場合、原因の究明のために、提供した食材や料理が必要になります。そのため、毎日給食で使用する「原材料」と「調理済み食品」は、食品ごとに全て50グラム程度採取してマイナス20℃以下で2週間以上冷凍保存することが法律で定められています。

給食は、私たちが衛生に気をつけて作っています。

決められたルールを守り、安心・安全な給食を提供しています。

