

平成29年度第1回小平市献立作成委員会 会議要録

- 1 開催日 平成29年6月28日(水) 午後3時30分～午後4時50分
- 2 会場 小平市立学校給食センター会議室
- 3 出欠席 出席者 15名 欠席者 2名 事務局3名
- 4 傍聴者 なし
- 5 次第
 - (1) 委員長挨拶
 - (2) 副委員長選出
 - (3) 報告事項等
 - ①学校給食センターについて
 - ②平成28年度中学校給食費会計報告について
 - ③給食食材の放射性物質検査結果について
 - (4) 協議事項
平成29年度第2学期分 献立について
 - (5) その他
地場産農産物を使用した統一献立について

【会議要録】

所長 これより、平成29年度第1回献立作成委員会を開催いたします。
はじめに、本会議の委員長につきましては、「小平市献立作成委員会設置要綱」に基づき、「中学校校長の委員をもって充てる。」ことになっております。従いまして今年度も、上水中学校の五十嵐校長先生をお願いしたいと存じます。
それでは、五十嵐委員長からご挨拶をお願いいたします。

委員長 今日の給食の献立が鮎だった学校はありますか。私の学校は昨日でした。御存じない方もいらっしゃるかと思いますが、給食で大きな鮎が提供されました。まさか鮎なんて高くして給食で出ないでしょうという生徒もいれば、大きすぎて食べられないと言っている生徒もいました。今回も冒険のチャレンジメニューだなと感じました。私が気になったのは、どれだけ残菜があったのだろということでした。また、塩焼きのイメージでもう少し焼いてあるといいねとか、1匹の価格はいくらであろうかとか、いろいろなことを考えながら食べました。今週は5日間のうち3日間は魚の献立でした。昨日は鮎、今日は鯡、明日は鮭、月曜日は大豆入りのジャージャーうどんでした。この委員会では保護者の視点や生徒が家庭で言っていた意見・要望、教諭については学校や教室での意見・要望を伝えていただく場です。例えば大豆を減らして欲しいなど様々な意見があるかと思えます。しっかり意見を言っていただき充実した委員会にしていければと思いますのでよろしくをお願いいたします。

所長 ありがとうございます。本日、第1回目の献立作成委員会でございますので、委員の方から自己紹介をお願いしたいと存じます。

(委員自己紹介)

それでは、続きまして、当委員会の副委員長を選出したいと思えます。副委員長は委員の中から互選となっております。どなたか立候補される方はいますか。

(立候補無し)

特に無いようですので、昨年度は、小平第五中学校の保護者委員から選出されておりましたので、順番で恐縮ですが、今年度は小平第六中学校の保護者委員さんに副委員長をお願いしたいと思います。

それでは、これより議事の進行について委員長をお願いします。

委員長 最初に、学校給食センターについての説明をお願いします。

所長 それでは、報告事項 1 の学校給食センターについて、栄養士より映像を用いて紹介したいと思います。

(給食センターの概要について栄養士によるパワーポイントでの紹介)

委員長 次に報告事項(2)平成28年度中学校給食費会計報告についてご説明をお願いします。

所長 お手元の資料1をご覧ください。給食費の監査でございますが、6月1日に中学校校長会代表、それから、中学校保護者代表2名の監査委員に、収支決算書に基づきまして、諸帳簿、証拠書類等監査していただき、ご承認をいただいたものがお手元の決算報告書でございます。

平成28年度中学校給食費会計1年間分の給食費の決算でございます。

収入の部、給食費でございます。給食費は、1食300円で、生徒・教職員、試食会等の給食費でございます。年間の総額が2億3千5百,793,688円でございます。次に、諸収入ですが、食中毒対策の関係で調理前の食材料と調理後の給食を-20℃以下で2週間保存するよう義務づけられております。この保存食代として658,350円が小平市から収入されております。

続きまして、前年度繰越金でございます。これは、平成27年度からの繰越金で896,586円を28年度当初予算に入れたものでございます。

Q:最後に4の過年度分給食費の収入が、309,467円でございます。平成27年度以前の給食費未納分が平成28年度に学校給食センターで催告等をしたことにより収入になったものでございます。

以上、収入の合計でございますが2億3千7百658,091円でございます。

次に同じく収入の部で、右の欄の未収入額についてご説明いたします。平成28年度に発生した給食費の未収入額は547,500円でございます。全体の収納率は99.8%で、未納の件数は18人になります。未納の解消には各中学校で並々ならぬご努力をいただいておりますことも併せて報告をさせていただきます。この未納金につきましては、学校給食センターで5年間催告等を行ない未納を減らす努力をしております。

続きまして、支出の部でございます。

食材料費は食材料への支払にあてております。1番目に、主食、牛乳、副食と明記されております。合計額が、2億3千5百,520,556円でございます。2番として給食費還付金でございます。還付金は、主に、アレルギーを持つ生徒への還付によるもので、1,059,431円でございます。3番目は、ゆうちょ銀行手数料で17,148円でございます。

以上、支出合計が2億3千6百,597,135円でございます。

こちらの報告書につきましては、保護者の方には7月の献立表の裏面に印刷いたしまして、ご報告させていただきます。また、学校給食センターのホームページにも掲載を予定しております。よろしくお願いたします。以上でございます。

委員長 事務局の説明の中で何かご質問はありますか。

(質疑応答なし)

委員長 その他、特に無いようでしたら、つづきまして、給食食材の放射性物質検査結果について事務局より報告をお願いします。

所長 資料2をご覧ください。小平市では東日本大震災にともなう原子力発電所放射能漏れ事故以降、給食食材の安全性を確保するため、小学校は毎月の輪番制で、中学校は毎月5品目を選定し検査を実施しております。

検査結果については、市及び学校給食センターのホームページに公開しております。中学校給食では、毎回牛乳は検査することとなっております。お手元の資料は4月及び5月分をお示ししております。結果については、いずれも不検出となっております。

委員長 事務局の説明の中で何かご質問はありますか。

(質疑応答なし)

委員長 特に無いようでしたら、協議事項、平成28年度第2学期分の献立について説明をお願いします。

栄養士 それでは9月の献立の説明をします。献立は、2種類の献立を作っておりますので、組合せの番号に沿って説明をいたします。日付ではなく、一番左の番号に沿って説明いたします。

1番の献立です。きのことうずら卵のカレーライスとほりはり漬けは、小平市内の小学校でおなじみの料理です。まだまだ暑い時期ですので、カレーライスのように香辛料を活用した料理で元気に過ごしてもらいたいと思います。きのこは、しめじ、えのきたけ、マッシュルームの3種類を使用予定です。

ほりはり漬けは、切干大根、茎わかめなどを炒めて、味付けをします。しょうがや酢をかかせた料理です。デザートのはちまきは、小平市内産のものを使用する予定です。

2番の献立です。豚肉とさつまいもの揚げ煮は、豚肉を1cm×5cm程度の拍子切りに切ったものを唐揚げにし、同じように切って素揚げにしたさつまいもと合せて、

しょうゆ、みりん、砂糖、一味唐辛子、レモン汁でつくったたれをからめて作ります。市内の小学校では、「豚肉のかりんと揚げ」で親しまれているメニューです。

3番の献立です。少し早いですが、五節句の一つ、9月9日の重陽の節句に合せた献立です。重陽の節句は、菊の節句とも呼ばれます。古来、中国では、奇数を陽数といって、縁起の良い数字としていました。陽数の最大値の9が重なるということで、重陽と呼ばれます。

中国では、菊の香りが高く気品があるので、長寿をもたらす邪気を払うとされていることから、この日の菊酒といって酒に菊の花をひたしたものを飲む風習があります。日本でも、長寿を願って菊酒を飲んだり、菊の被（き）せ綿といって、八日の夜に菊に綿をかぶせ、九日に露でしめったその綿で体をふいたりする風習が広まってきました。給食では、菊を使った和え物にします。

4番の献立です。主食のムロアジの麻婆豆腐丼には、東京都八丈島産のムロアジを使用します。ムロアジは、八丈島の漁業組合の女性部の皆さんがひらいて、ミンチに加工してくれたものです。麻婆豆腐に肉の代わりに使用することで、魚臭さがなくなり、食べやすくなります。

デザートには、小平市内産の梨を使用予定です。種類は豊水で、1個を4等分にカットします。

5番の献立です。主菜のかつおの唐揚げは、かつおにしょうが、しょうゆ、酒などで下味をつけて、油で揚げたところに、しょうゆ、みりん、黒砂糖、ねり梅で作ったソースをかけます。梅の風味が加わることでさっぱりと食べられます。この料理は、戻りがつおの時期ということで取り入れました。

7番の献立です。小平第二中学校の生徒総会の質問で、生徒からデザートを増やしてほしいという要望がありました。どんなデザートが食べたいのか聞いてみたところ、アイスクリーム、ゼリー、フルーツポンチなどが挙がりました。暑い時期なので冷たいデザートを選びました。各中学校の給食委員会等を通して、リクエストなど今後も取り入れていけたらと考えています。

8番の献立です。28年度3月に小平第一中学校の第二学年の家庭科の授業で身近な食品ロスということで給食の残菜の話をしました。その際、残菜を減らすための取り組みの一つとして、生徒にメニューを考えてもらいました。この献立は、その中の一つです。給食センターでは作れないメニューもありますが、生徒発のメニューをこれからも取り入れていけたらと思います。

9番の献立です。毎年9月は、多摩小平保健所管内では「めざましスイッチ朝ごはん月間」として、様々な取り組みを行っています。その中の一つの取り組みとして、朝ごはんには野菜たっぷりのメニューを取り入れてもらいたいということから、「こだいらめざましスープ」を小平市内の小・中学校で出しています。小平市内でこの時期にとれるじゃがいも、小松菜を使用するほか、全部で8種類の野菜と大豆、ベーコンなどのたんぱく源が入る栄養たっぷりのスープです。

10番の献立です。秋の旬の味覚、栗を使ったおこわを作ります。精白米ともち米を半量ずつ使ってもちもちとした食感を生かしつつ、程よい硬さになるように仕上げたいと思います。栗は、凍り水に入って朝納品される生の栗を使用します。

鮭の塩麴焼きの塩麴は、麴と塩、水を混ぜて発酵させた日本の伝統的な調味料です。魚や肉を塩麴につけておくとやわらかく、パサパサせず仕上がりやすい。日本人の食生活に欠かせない麴について生徒に紹介したいと思います。

12 番の献立です。生徒 1 人当たりの学校給食摂取基準のカルシウムの量を満たすには、毎日の牛乳だけでは不足してまいります。料理に牛乳、チーズ、豆・豆製品などを取り入れる他、ししゃもなどの小魚も毎月取り入れるようにしています。骨や見た目が気になって食べにくいという生徒も多いので、調理等工夫しながら取り入れていきたいと思えます。揚げ物にすると一番食べやすいのですが、揚げ物の回数や組み合わせが限られていますので、今回は南蛮漬けにしました。酢の効果でさっぱりと食べられます。

13 番の献立です。8 番の献立に続き、小平第一中学校の 2 年生が家庭科の授業の際に考えてくれた献立です。考えてくれた中で一番多かったのが、オムライスでした。しかしながら、オムライスは給食センターでは作ることが難しいので、オムライスのベースとなるチキンライスと洋風のたまご焼きの組み合わせにしました。自分でオムライスにケチャップで絵を描きたいというリクエストがありましたので、小袋のケチャップを 1 人 1 個ずつつきたいと思えます。飲み物もリクエストの多かったレモンティーにしました。

15 番の献立です。主食のさんまのかば焼き丼は、小平市内の小学校で定番の秋の献立です。さんまを開いたものに、片栗粉をまぶし、油で揚げて、かば焼き風のたれをかけます。甘辛いたれで、魚が苦手な児童もおいしく食べられます。毎年うなぎのかば焼きと間違える児童も多かったです。魚が苦手な生徒もいるので、取り入れてみました。

16 番の献立です。丸ごとわかめスープは、わかめ、茎わかめ、めかぶとわかめを丸ごと入れたスープです。小学校では、外部人材を活用した授業でわかめの学習をしている学校もあります。日本人の食生活になじみの深いわかめについて、毎日発行しているランチタイムズなどで紹介していきたいと思えます。

17 番の献立です。主食は、ちりめんじゃこと小松菜といったカルシウムを多く含む食材を組み合わせたチャーハンです。小松菜は、小平市内産のものを使用します。農家の方々のご協力のおかげで真夏を除き、小松菜は給食に安定した価格で使用できています。

デザートは、タピオカフルーツは、生徒からのリクエストです。タピオカは、キャッサバという植物のデンプンを加工したものです。感想のタピオカを戻して、煮たものをフルーツの缶詰と合わせます。

18 番の献立です。ガーリックトーストは、リクエストの大変多い料理の 1 つです。普通のフランスパンよりもやわらかい食感のソフトフランスパンを縦に半分にわたったものを使用します。彩りにパセリを加えています。

19 番の献立です。給食回数が奇数の場合には、普段 2 コースで作っているのを 1 つのコースにまとめて作っています。普段 2 コースに分けているのは、揚げ物や焼き物の機械で作れる量と時間に制限があるからです。統一の日は、釜で全て作れる料理にするので、丼物と汁物、副菜またはデザートというパターンになります。今回の主食の焼き鳥丼は、生徒に人気のあるメニューの 1 つです。鶏肉、長ねぎ、にんじんをしょうがをきかせた甘辛いたれで炒め合わせて作ります。

以上で 9 月分の説明を終わります。

- 委員長 9月分の献立の説明が終わりました。何かご質問等はございますか。
- 委員 13番のレモンティーですが、どのような形で提供しますか。
- 栄養士 200mlの紙パックの商品を一人に1本ずつつけます。砂糖は入っています。生徒からのリクエストに応えた形です。
- 委員 種類はレモンティーだけですか。
- 栄養士 生徒にリクエストを聞いたところレモンティーが最も多かったです。ミルクティーといった意見は無かったです。
- 委員 うちの子はストレートティーが大好きです。献立からもさっぱりしているストレートティーがいいと思われれます。
- 栄養士 ストレートティーが販売されているか把握していないので確認します。状況によりお茶になる可能性があります。
- 委員 いわゆるリザーブ給食はできませんか。
- 栄養士 飲み物のリザーブ給食は検討をしていますが、今回の給食には間に合わないと思われれます。
- 委員長 ケチャップを小袋で提供するのは時間を費やすうえ、汚れてしまうのでやめていただきたい。
- 栄養士 わかりました。ケチャップについては小袋以外の形で提供します。
- 委員長 きのことうずらのカレーライスとはどのようなものか。
- 栄養士 小学校給食では提供している献立です。カレーの具材にきのことうずらの卵が入ったシンプルなカレーライスです。
- 委員 人気の献立であるカレーライスに、苦手な食材のきのこが入った時の生徒の反応が興味深いです。
- 栄養士 カレーに入っている時のきのこは気にせず食べている様子です。気になるようなら「しめじ」を目立たない「えのき」に変えることもできます。

委員 ムロアジのハンバーグの臭みや骨をどのようになっていますか。飛び魚の時は食べ辛かったようです。

栄養士 飛び魚の時はタレに魚の臭みがあった様子です。生徒からの意見としてもありました。ハンバーグそのものは飛び魚もアジも臭みはありません。骨も細かく砕いているので大丈夫です。

委員長 これは私も食べましたが臭みは無く食べ易かったです。

委員長 他にご質問が無いようでしたら、10月分の献立の説明をお願いします。

栄養士 10月の献立について説明させていただきます。

1番の献立です。ごぼうの炊き込みご飯は、給食訪問の時に生徒からリクエストされた料理です。酒・塩・しょうゆを入れて炊いたごはん、ごぼう・豚肉・糸こんにゃく・油揚げで作った具を混ぜます。ごぼうは炒め物や煮物では残りがちな食材ですが、ごはん混ぜ込む調理法の際は比較的食べているように思います。

すまし汁は、昆布とかつお節でとった出汁で、豆腐、なるとを煮て、塩とうすくちしょうゆで調味します。みつ葉は加熱しすぎると色が悪くなってしまうので、調理最終工程で釜に入れて、できるだけ変色しないようにしています。

2番の献立です。鶏肉の香草焼きは、70グラムの鶏の切身に、にんにくやバジルの香りをつけて焼きます。食パンは2枚切りにして提供しますので、1枚はジャムをつけて食べ、もう一枚は鶏肉を挟んで食べるなど、お好みの方法で食べてもらうことができます。パンの献立だと腹持ちが悪く、部活動の時にはお腹が空いてしまうという意見もありますので、副菜には炭水化物を使ったペンネアラビアータを組み合わせました。

3番の献立です。現在、中学校給食のメニューにはグラタンがありません。グラタンを提供する場合には、ひとつひとつカップに入れる必要があります、その作業ができないため献立には入っていません。そこで、グラタンの代わりとして、ピラフにクリームソースをかけて食べてもらっています。前回この料理を提供した時、クリームソースがたくさん残ってしまっていた印象がありますので、今回は一人あたりの配食量を減らして作りたいと思います。

4番の献立です十五夜は9月というイメージが強いかと思いますが、今年は10月4日が十五夜ですので、この日は、うどんの汁にうずらの卵を入れて月見うどんにしようと考えています。うずらの卵は割ると黄身の部分が満月に見えることから、毎年十五夜献立として提供しています。デザートはみたらし味の月見だんごです。

カレイの唐揚げには、加圧処理して骨まで食べられるカレイを使用する予定です。給食では、カルシウム摂取のために骨まで食べられる小魚などを月に1回程度提供しています。小魚の種類があまり多くなく、豆アジ、ししゃも、わかさぎを調理することが多いです。毎回同じようなものですと飽きてしまいますので、今回は骨まで食べられるカレイを選びました。

5番の献立です。豚のしょうが炒めは、豚肉を玉ねぎと一緒に釜で炒める料理で

す。一昨年までは豚のしょうが焼きという名前で、肩ロース肉の切身を漬け込んで焼く形で提供していましたが、しっかり加熱すると切身が硬くなってしまい食べづらいという意見もあったので、昨年度から炒める方式に変えて提供し始めました。肩ロース肉を使うと軟らかく仕上がるのですが、脂がたくさん出てしまうので、もも肉に変更するもしくは、一度豚肉を軽く茹でて油抜きをしてから調理に使用するなど工夫したいと思っています。

ふわふわ卵スープは、卵と生パン粉を混ぜたものを汁の中に入れることで、卵がふわふわとした食感に仕上がります。玉ねぎとコーンの甘さが出て、彩りにはほうれん草を加えます。

6番の献立です。10月10日が目の愛護デーですので、目に良いとされる食材のブルーベリーを使ったホットケーキを取り入れました。小平市はブルーベリー栽培発祥の地となっていて、ブルーベリーは特産物の一つでもあります。昨年はブルーベリーのジャムを作り、好評でしたが、今年は献立の組み合わせの都合上、ごはん献立の日に取り入れることになってしまいましたので、デザートホットケーキにブルーベリーを入れたいと思います。

7番の献立です。この日は中華料理と韓国料理を組み合わせました。トックスープは、うるち米で作る棒状の餅を斜めに薄く切り、スープで煮たもので、雑煮に似た韓国の料理です。トック以外には、白菜・にんじん・長ねぎ・椎茸が入り、鶏ガラのスープを塩コショウで味付けし、最後にごま油で香りづけします。

8番の献立です。メンチカツは、素材から手作りです。豚挽肉・玉ねぎ・パン粉・卵・水を切った豆腐と調味料を混ぜ合わせてつくります。挽き肉1に対して豆腐が0.5の割合で入るので、ヘルシーな仕上がりになります。手で一つずつ成型はできませんが、小判がらに形ドル機械がありますので、機械を使って成型をします。パンには横に切込みを入れていきますので、サンドして食べることができます。

10番の献立です。ささみフライは、給食訪問で新たに出してほしいメニューとしてリクエストされたので、今回初めて献立に取り入れました。小平市内でささみフライを提供していた小学校がありましたので、レシピを教えてくださいました。ささみは一人1本で、塩こしょうで下味を漬け、小麦粉・卵をくぐらせ、パセリを混ぜたパン粉をまぶして揚げます。個包装のタルタルソースをつける予定ですが、個包装品は値段が高いため、予算の調整が必要でしたら、卓上ソースに変更しようかと思っています。

11番の献立です。この日の焼きそばはソース焼きそばではなく、蒸した中華麺の上に中華丼の具のようなあんをかけて食べます。たけのこ、にんじん、はくさい、玉ねぎ、小松菜など野菜をたくさん使用します。

デザートには、秋が旬のさつまいもとりんごを使います。さつまいもとりんごは、仕上がりの色味を良くするためによく洗って皮ごと調理します。いちょう切りにして砂糖とレモン果汁で煮ます。りんごは少し食感が残った仕上がりになります。

12番の献立です。カレーライスはとても人気があるので、1～2ヶ月に1回は献立に取り入れています。カレールウは油、バター、小麦粉、カレー粉を炒めるところから手作りしています。給食センターにある釜の多くが蒸気を熱源としているので、ガスで少し焦がして作った時のような茶色ではなく、黄色っぽい仕上がりになります。カレーライスの時は、ふだんよりごはんをたくさん食べるクラスが多いので、普段は一人当たり生米100グラムとしていますが、カレーライス時には

110グラムで配食します。

14番の献立です。家常豆腐丼は、中国の家庭料理である家常豆腐をごはんの上にかけて食べてもらいます。家常豆腐とは、一口大に切った豆腐に片栗粉を振って揚げ、季節の野菜や豚肉などと炒めてピリ辛に仕上げた料理です。大豆もやしのサラダは、大豆もやしのシャキシャキとした食感がおいしいナムル味のサラダです。現在、約10種類のドレッシングを使用していますが、ナムルドレッシングは生徒からの人気がとても高いです。このようにドレッシングの種類も、生徒の意見を反映させています。

15番の献立です。じゃがいもの甘みそかけは、素揚げした角切りのじゃがいもに、みそと砂糖などで作った甘いタレをかけた料理です。昨年、違う形状にカットされたじゃが芋で、埼玉県のおやつ「みそポテト」という名前で提供した時に、生徒からおいしいという感想をいただきましたので、再度取り入れてみました。

17番の献立です。この日は秋を感じられる献立です。主食の吹き寄せ栗ごはんの「吹き寄せ」とは、木の葉が風で「吹き寄せ」られたような彩りを表しています。4分の1にカットされた栗を鶏肉や油揚げなどと一緒に調味し、炊き上がったご飯に混ぜ込んで作ります。

親芋と油揚げの炒め煮は新メニューです。親芋は里芋の一部で、茎につながっている中心の大きな芋のことを言います。私たちが普段べている里芋は、主に孫芋で、親芋を囲むように小芋がたくさんついており、孫芋はさらに子芋を囲むようにしているものです。親芋はかたいので、あまり食べられずにそのまま畑に捨てられてしまうことが多いのですが、10月頃の親芋は軟らかく、食べることができるそうです。小平市内でも里芋をつくっている農家さんがいるので、捨てられてしまう親芋を活用できないか、ということでJAの職員の方に給食での使用を提案されました。親芋は一つが大きいので、機械で処理ができるか等を検討しなければいけません。下処理に難があるようでしたら、親芋ではなく、孫芋に替えて作りたいと思います。

18番の献立です。チリコンカン豆と肉をチリ風味で煮込んだアメリカのテキサス州生まれの料理です。この日は背割りのコッペパンに挟んで、チリコンカンサンドとして食べていただく予定なので、汁っぽくならないように、とろみをつけて提供します。

コーンスープは給食訪問で生徒からリクエストされました。昨年の八月末に北海道に台風が直撃し、とうもろこし畑と加工工場が大打撃を受けた関係で、給食でも長期間、コーンを使用できませんでした。給食訪問の時に「どうして最近コーンが出ないのですか？」と質問されたこともありますが、先月頃から、またコーンを納めていただくことができているので、久しぶりにコーンスープを献立に取り入れられました。

20番の献立です。かわりきんぴらは、ごぼうとにんじん以外の食材も使ってつくるきんぴらで、さやいんげんや糸こんにゃく、さつま揚げが入ります。ごぼう等の根菜類は食物繊維が豊富なのでよく噛んで食べる必要があり、あごの発達などにつながります。また、さつま揚げが入ることで、噛んでいるとさつま揚げのうまみが出てきます。

呉汁は、福井や富山、鹿児島など多くの地域で食べられている郷土料理です。大豆をすりつぶしたものを「呉」といい、その「呉」をみそ汁に入れたものを呉汁と言います。調理場では、大豆をすりつぶす作業ができないので、みじん切りになった大豆を使用して作ります。

2 1 番の献立です。ホイコーローも給食訪問の時に生徒から直接リクエストされた料理です。小学校栄養士の間で共有しているレシピがありましたので、そのレシピを参考に取り入れました。豚肉は、しょうがにんにく、調味料などで下味をつけます。油で玉ねぎを炒め、豆板醤とテンメンジャン、赤みそを入れて香りを出します。豚肉、野菜などを順次炒め、味付けをします。10月分の献立の説明は以上になります。

委員長 10月分の献立の説明が終わりました。何かご質問等はございますか。

(質疑応答なし)

委員長 特にご質問が無いようでしたら、11月分の献立の説明をお願いします。

栄養士 それでは11月の献立について説明をさせていただきます。

1 番の献立です。11月3日の文化の日に合せた献立です。文化の日は国民の祝日の一つで、「自由と平和を愛し、文化をすすめる」ことを目的としています。この日は文化勲章の授与式があります。天皇家の菊の御紋になぞらえて、菊を使ったおひたしを取り入れました。菊は、秋の旬の食材でもあります。和え物のほか、天ぷらや魚の上にかける餡かけなどに使用してもおいしいです。

2 番の献立です。きなこ揚げパンは、生徒からのリクエストです。給食訪問では、毎回のよう揚げパンのリクエストがあります。砂糖ときなこの人気が高いので、今回はきなこにしました。昔も今も変わらない給食ならではのメニューです。

3 番の献立です。少し早いですが、11月8日の「いい歯の日」に合わせて、カルシウムを多く含む小魚やかみごたえのある食べ物を組み合わせました。きびなごは、鹿児島県ではなくてはならない郷土の食材です。鹿児島では、帯のことを「きび」ということから、きびなごの体にある青白い縦縞を帯に見立てて、「きびの魚」、転じてきびなごと呼ぶようになったと言われてます。切干大根は、いつもは煮物にすることが多いですが、豚肉と炒めて今回のように中華風の味付けにしたり、みそ汁にいれたりしてもおいしいです。

4 番の献立です。主菜の鮭のもみじ焼きは、マヨネーズ、にんじんをすりおろしたもの、料理酒、塩、こしょうを混ぜ合わせたものを生鮭にからめて、焼き物機で焼きます。山の紅葉の美しい時期になりますので、にんじんの色ともみじの色を合わせ「鮭のもみじ焼き」という名前にしました。マヨネーズを使った魚料理ですが、前回酸っぱいという声がありました。マヨネーズを選ぶ際に味を見て決めたいと思います。

5 番の献立です。11月8日の「いい歯の日」に合せた献立第2弾です。かみごたえのあるごぼうチップスとたくあんを入れた和え物を取り入れました。ごぼうチップスは、生徒からのリクエストのあった料理でもあります。ごぼうに米粉をまぶし、油で揚げて、しょうゆ、砂糖、みりん、白ごまでつくったたれをからめます。ごぼうの独特の香りが苦手な生徒も食べやすいので、人気があります。たくあん和

えは、ゆでたキャベツときゅうりにたくあん漬け、塩昆布、かつお節、しょうゆなどと合せた和え物です。塩肉じゃがには、隠し味にゆず果汁を加えて、さっぱりとした味に仕上げます。

6 番の献立です。小松菜のチヂミは、小平市内で1年を通じて生産されている小松菜を使って作ります。小麦粉、上新粉、たまご、ごま油、塩、ごま、水で生地を作り、細かくきざんだ小松菜、長ねぎ、にんじん、ちりめんじゃこを混ぜ合わせます。焼き物機の天板に流し入れて焼き、カットして提供します。しょうゆ、酢、ごま油、万能ねぎで作ったたれをかける予定です。

7 番の献立です。青森県の郷土料理を取り入れた献立です。せんべい汁は青森県八戸市周辺の郷土料理です。汁物用の南部せんべいを入れます。そのままではかたくて食べにくいせんべいですが、おつゆに入れて煮込むとだしをすってちょうどよい硬さになります。保存食として受け継がれてきました。いかメンチは、津軽地方の人気の料理です。青森県は、いかの漁獲量が全国で第2位です。給食では、同じ具材を使ってハンバーグ状にしたものを提供したいと思います。子和えは、生のたらこ糸こんにゃく、にんじんと一緒に炒り煮にした料理です。生のたらこが手に入る北海道や青森県ならではの料理です。給食では、生のたらこを取り扱うのは難しいので、蒸し煮にしてあるたらこを使います。

8 番の献立です。麻婆きのこ丼は、定番の麻婆豆腐にしいたけ、えのきたけ、エリンギ、しめじといった4種類のきのこを加えて作ります。きのこは、1種類だけ使うよりも、数種類組み合わせたほうがうま味が複雑になり、おいしくなります。

10 番の献立です。主食は、人気のあるスパゲティミートソースです。生徒からも多めにだしてほしいというリクエストがあります。ミートソースは、トマトの缶詰、ケチャップ、ピューレ、中濃ソース、ウスターソース、塩、こしょう、オレガノ、ナツメグなどの調味料、香辛料を使い、よく煮込んで作ります。

小平産のブルーベリーを使ったブルーベリーゼリーは、平成27年度よりラベルの募集を行っています。今年度も夏休み期間中に募集します。10月の目の愛護デーに去年は提供していたのですが、近隣の市でも同じような取り組みが始まり、10月に提供をしますと注文が込み合うため、締切が8月の中旬になってしまい、ゆっくりとデザインを考えてもらう時間がとれないので、一か月ずらして11月に提供することにしました。

11 番の献立です。主菜の里芋のコロッケは、小平市内産の里芋を使用する予定です。里芋とじゃがいもを半々ずつ使用して作ります。里芋の独特のねばり気がおいしいコロッケです。給食では、作りやすさを考えて配合していますが、家庭では、じゃがいもを入れずにすべて里芋で作ってもおいしいです。里芋の煮物が苦手な子どもも食べやすい料理のため、人気があります。

12 番の献立です。熊本県の郷土料理を取り入れました。高菜チャーハンに使用する高菜は、熊本県阿蘇地方で多く作られています。ピリッとした辛みのある薬物で、漬物に加工することが多いです。タイピーエンは、中国の福建省を起源とする中華料理で、元々はお盆や正月などのお祝い事、人が大勢集まる時に食べられていたスープで、あひるのゆで卵を使った料理です。水でもどした春雨に豚肉、えび、いか、白菜、キャベツ、にんじん、たけのこ、きくらげを炒めて、鶏ガラスープを加えた料理です。給食では、あひるの卵代わりにうずら卵を使用する予定です。

13 番の献立です。秋の旬の味覚、さつまいもをシチューに使います。この時期

は、小平市内産のさつまいもがとれますので、使用したいと考えています。デザートは、9月に小平市内の梨を使ったゼリーです。梨は、新高という種類の梨を加工する予定です。梨を細かくきざんだものと果汁を両方使用して、オリジナルのゼリーを作ります。

14番の献立です。11月20日は、小平市の年中行事の一つ、「えびす講」があります。「えびす講」には、えびす様の前にお神酒、尾頭付きの魚、季節の果物、赤飯、けんちん汁、升にお金を入れたものをお供えします。お供えをした家には福がもたらされるとされています。小平では、行事や祝い事があるときには赤飯とけんちん汁はつきもので、どこの家でも家にある野菜を使ってでき、寒い冬に体が温まり、栄養価も高いことから誰にでも好まれるごちそうのひとつでした。

16番の献立です。焼きそばは、生徒からのリクエストの多い料理です。今回は、豚肉、キャベツ、もやし、にんじんといった定番の材料の他に、えび、たけのこを加え、ソース味ではなく、オイスターソース、塩、こしょう、しょうゆ、ごま油などで味つけをします。

中華風たまごスープは、クリームコーンやほたての貝柱などを加えて作ります。普通のたまごスープよりも濃度の濃い仕上がりになります。

18番の献立です。定番の豚丼は、しょうゆとみりんできれいに仕上げますが、今回のねぎ塩豚丼は、にんにく、しょうが、レモン汁、塩、こしょう、ごま油で味つけをします。豚肉にはビタミンB1が多く含まれるのですが、たまねぎやにらと組み合わせることで、疲労の回復やイライラの解消に効果があると言われています。

19番の献立です。副菜のビーフンソテーは、生徒に人気のある料理です。6月の12日から16日に実施した小平第四中学校の残食調査でも残りが少なかったです。ビーフンを長く炒めているとぶちぶちと切れてしまいますので、ビーフンを炒める前に野菜にしっかり味をつけておき、ビーフンを入れたあとはさっと炒めて仕上げます。

20番の献立です。アメリカ合衆国の料理を取り入れました。クラムチャウダーは、アメリカ東海岸のニューイングランドが発祥の地といわれています。ニューイングランド風は牛乳を使った白いスープでマンハッタン風はトマトを使ったスープです。今回はニューイングランド風のクラムチャウダーです。中に使用する貝は、ホンビノス貝という貝ですが、日本では流通量が少ないので、はまぐりやあさりを使用します。給食ではあさりのむき身を使用します。シーザーサラダは、シーザー・カーディーニというレストランのオーナーが考え出した料理です。レタスに、ガーリックオイル、レモン、たまご、パルメザンチーズ、ウスターソース、クルトン、こしょうで作ったドレッシングを混ぜて提供したと言われています。

以上で11月分の説明を終わります。

委員長 11月分の説明が終わりました。何かご質問等はございますか。

委員長 20番ですが乳製品が多いので、アレルギー対応のためにドレッシングだけでもシーザードレッシング以外のものに変更してはどうか。

栄養士 ドレッシングは変更します。

委員長 特にご質問が無いようでしたら、12月分の献立の説明をお願いします。

栄養士 12月の献立について説明させていただきます。

1番の献立です。ぶりの野菜あんは新メニューです。このメニューは、給食の月刊誌に掲載されていた料理です。ぶりは冬に旬を迎える魚ということで、12月の献立に取り入れました。ぶりはしょうがや調味料と一緒に漬け込み、臭みを取りながら下味をつけ、片栗粉をまぶして揚げます。釜では、こんにゃく、白菜、長ねぎなどの冬野菜を炒めて調味し、水溶き片栗粉でとろみをつけます。そこに揚げたぶりをいれ、あんと絡めて提供します。

この日は、エネルギーとたんぱく質量が少ないので、みそ汁には、豚肉を入れる予定です。

2番の献立です。肉豆腐は、豆腐がたくさん入った煮物で、体が温まる料理です。豚肉、白菜、人参、玉ねぎ、こんにゃくなどの食材を鯉節からとただしで煮込み、砂糖しょうゆなどで調味します。そのまま食べてもおいしいのですが、最後に水溶き片栗粉を入れて少しとろみをつけます。とろみをつけると食材に煮汁が絡まりやすくなるだけでなく、保温性が高まり、より温かい状態で食べることができるという効果もあります。

4番の献立です。タンドリーチキンはインド料理です。インドの北部では、タンドールという土釜が使われていて、この土釜で焼くのでタンドリーチキンという名前がついたそうです。生姜・にんにく・玉ねぎをすりおろし、ヨーグルトやカレー粉、トマトケチャップなどと和えて漬け込み液を作ります。この調味液に鶏肉を漬けてから焼きます。給食センターのホームページにレシピを掲載しておりますので、よろしければご家庭でも作ってみてください。

5番の献立です。小平冬野菜煮だんごは、市内の小学校・中学校の統一メニューで、小平市内で収穫された地粉を使って煮団子を作り、季節の小平産野菜と一緒に煮込みます。小学校は全校12月7日の給食に出る予定です。煮だんごは、小平市の郷土料理の一つです。小平市は水はげがよく米の生産が難しく、小麦や陸稲が多く作られていたため、うどんや煮だんごなどの小麦製品が食べられてきました。煮だんごは戦後の食糧難の時代に農家の家庭料理として受け継がれてきたそうです。

煮だんごは、加工業者に小平産の地粉を納め加工していただきます。献立表や給食訪問などで、小平の小麦文化や地産地消についてPRしたいと思います。

7番の献立です。はちみつレモントーストは、レモン果汁とはちみつ、バターやグラニュー糖等を混ぜ合わせた調味液に、食パンの片面を漬けてから焼きます。キャロットポタージュは、鶏ガラスープに、人参のペーストとジュースを入れます。ポタージュですので牛乳と生クリームも入り、まろやかになります。

8番の献立です。かしわのひきずりは、ニワトリの飼育が盛んな愛知県ならではの鶏肉を使ったすき焼きです。名古屋では、すき焼き鍋の上で肉を引きずるようにして食べたことから、すき焼きのことを「ひきずり」と呼ぶようになりました。大晦日にはひきずりとたべて、年の終わりまで引きずってきたいらないものを、その年のうちに片づけてから新年を迎えるという習慣があったそうです。鶏肉以外には、白菜やかまぼこ、焼き豆腐、しらたきなどが入ります。

デザートは、牛乳アレルギーの生徒も食べられるように、豆乳で作ったプリンを選びたいと考えています。

10番の献立です。現在給食には生揚げを焼いて、上にタレをかける料理がありますが、生揚げの表面がとても固くなってしまいうという難点があります。生揚げをしばらくし汁に漬けてから焼いたこともあります。やはり固く仕上がってしまいました。そこで、今回は生揚げではなく豆腐を納品し、給食センター内で片栗粉をつけて揚げようと考えています。

12番の献立です。この日の主菜は鮭のチャンチャン焼きです。チャンチャン焼きとは、魚と野菜を鉄板で焼いた北海道石狩地方の漁師町の郷土料理です。チャンチャン焼きの名前の由来は、北海道では「手軽に」という言葉を方言で「ちゃっちゃと」というために“手軽に作れる”という意味や、“鉄板で焼くときにチャンチャンという音がする”というような諸説あるようです。給食では、鮭に下味をつけて焼き、味噌で調味した野菜を上からかけて食べます。生徒からも好評の料理です。

みぞれ汁は、大根おろしが入ったすまし汁で、汁の中で浮いている大根おろしがみぞれの様にみえることからみぞれ汁という名前がついています。かつおと昆布でだしをとり、塩としょうゆで味付けします。

15番と16番の献立です。この組み合わせは今年最後の給食になります。12月22日が冬至ですので、冬至にちなんだ献立と、少し早いクリスマス献立を取り入れました。

15番の献立がクリスマスメニューで、ピラフとフライドチキン、冬野菜であるブロッコリーのサラダ、野菜スープ、ケーキなどのデザートを用意しています。飲み物を牛乳にすると、エネルギー量が高くなってしまいますので、果汁100%ストレートのりんごジュースに置き換えました。ブロッコリーは、食べやすい大きさに房分けするのにも時間がかかりますし、よく洗うのにも時間がかかります。ですので、頻繁に給食に取り入れるのは難しいですが、この時期には小平産の立派なブロッコリーが収穫されますので、毎年12月頃の給食ではブロッコリーを使用しています。デザートは、ゼリーやクレープ等もありますが、年に一度のクリスマスのデザートを生徒も楽しみにしているのも、予算の都合もありますが、できる限り特別感のあるケーキを提供したいと思っています。

16番の献立が冬至メニューです。冬至は、一年の中で最も夜が長くなる日です。冬は植物が枯れ、日照時間が短いため食料が手に入りにくくなるなど、人々は生活の不安を感じていました。そこで、無病息災を祈るために、貯蔵しておいたかぼちゃを食べて栄養を補給し、ゆずを入れたお風呂に入り、その香りで邪気を払うなどして夜を越していたそうです。そこで、この日はゆずとかぼちゃを料理の中に取り入れました。ゆずは、さばの上にかける味噌だれに、かぼちゃはぜんざいを使用します。かぼちゃの入った冬至ぜんざいは、ここ数年の定番メニューとなっています。今までは、乱切りのかぼちゃを使用していましたが、乱切りだと一つあたりが大きく、一人にかけ行きわたるかどうか…という状況でしたので、今回はちょう切りにスライスしたかぼちゃで作り、かぼちゃが全体に行きわたるようにしたいと思います。

以上で12月分の説明を終わります。

委員長 12月分の説明が終わりました。ご質問やご意見等ございますか。

委員 きゅうりとかぶのピリ辛漬けとはどのような味付けか。

栄養士 ラー油、ゴマ油、豆板醬で味付けした中華風の和え物です。

委員 はちみつレモントーストは以前にも提供されましたか。

栄養士 時期は定かでないが以前にも提供されています。

委員 りんごジュースはストレート果汁ですか。

栄養士 ストレート果汁です。国産の紙パックで提供します。

委員長 特にご質問が無いようですので、第2学期の献立は決定いたします。
その他、事務局から連絡事項はございますか。

所長 お手元の参考資料をご覧ください。小平市の小中学校給食においては地場産野菜の導入を積極的に進めております。JA、市、栄養士が連携することにより毎年、導入率を伸ばしており、最近ではテレビや新聞等の取材、他市のJAや市の職員が視察に訪れるなど注目されております。資料は市報及び東京新聞に掲載された記事となっています。

小平市では毎年、夏と冬に地場産野菜を使用した小・中学校給食の統一メニューの日を実施しています。今年度も生徒の関心を高めるため食育月間である6月22日に全市立小中学校において統一メニューで地場産野菜を使用したカレーを提供しPRいたしました。また、今年は記事にもございますように市役所の食堂で小中学校給食のレシピで調理されたカレーを販売いたしました。

今後も安心安全な食材の確保及び食育の推進のため地場産野菜の導入を図ってまいります。

説明は以上となります。

委員長 ただいまの件につきまして質問はございますか。

特にご質問が無いようですので、これもちまして本年度の第1回献立作成委員会を終了いたします。