

平成28年度第3回小平市献立作成委員会 議事要録

- 1 開催日 平成29年2月21日(火) 午後3時30分～4時30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16名 欠席者1名 事務局3名
- 4 傍聴者 なし
- 5 次第
  - (1) 委員長挨拶
  - (2) 報告事項等
    - ①給食食材の放射性物質検査結果について
  - (3) 協議事項  
平成29年度第1学期分 献立について
  - (4) その他報告

## 【進行】

所長 これより、平成 28 年度第 3 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。従いまして前回と同様に、上水中学校の五十嵐校長先生にお願いしたいと存じます。  
それでは、早速ですけれども議事進行を五十嵐委員長にお願いいたします。

委員長 最近の給食で 1 週間、牛乳以外の飲み物を提供しました。牛乳が当然の感覚だったので新鮮な感じがしました。また、白いご飯に合うおかずを生徒にアンケート調査し、実際に給食として提供する取り組みも行われました。様々な取り組みが行われています。  
この委員会に参加しないと何カ月も前から食缶や調理機器等の調整を経て献立が作成されていることなどはわかりません。この委員会に参加されている教員につきましては学校で本委員会の内容をフィードバックしていただくようお願いします。また、学級においても、どのように給食が作られているかを生徒に伝えていただきますようお願いします。

それでは報告事項（1）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 1 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 1 1 月分から平成 2 9 年 1 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。  
  
(質疑応答無し)

委員長 特に無いようでしたら、協議事項、平成29年度第1学期分献立について説明をお願いします。

栄養士 平成29年度4月分の献立について説明します。

1番の献立です。4月最初の給食は、食べやすい献立にしました。豚ひき肉や鶏ひき肉だけでなく、たまねぎ、にんじん、大豆のみじん切りを加えて、脂肪をおさえ、食物繊維も摂取できるように工夫しています。

クリームスープには、ほたての干し貝柱やごま油を加えて、中華風のスープに仕上げています。

2番の献立です。進級をお祝いして、鯛の塩焼きを出します。鯛は、赤い色をしていることから、昔からお祝いに欠かせない魚です。また、筑前煮は、九州北部の郷土料理ですが、お正月の料理やお祝いの席に作られています。九州北部では「がめ煮」と呼ばれていますが、他の地方では筑前煮、炒り鶏とも呼ばれています。

3番の献立です。主食の桜トーストは、バター、いちごジャム、砂糖、塩抜きした桜の花の塩漬けを混ぜ合わせたものにパンをくぐらせて、焼き物機で焼きます。桜の花の塩漬けは、お祝いのときに桜湯にして飲んだり、桜餅やあんぱんにも使われたりします。今年の桜の開花予想は東京で3月19日ということで例年よりも早めとなっていて、入学式には終わってしまっていることが予想されます。桜の花の塩漬けを使ったトーストで桜の名残りと春の香りを感じてもらえたらと思います。

4番の献立です。主食のたけのこごはんには、獲れたての新たけのこを使用します。普段使用しているたけのここと比べると歯ごたえと香りがあり、おいしいです。主菜の鯖のごまだれかけは、下味をつけた鯖に米粉をまぶして油で揚げて、しょうゆ、砂糖、赤みそ、白すりごまで作ったみそだれをかけます。小学校の給食でも登場している魚料理です。

6番の献立です。この日の若竹汁には、たけのこごはんと同じ新たけのこを使います。わかめも春が旬の食材です。たけのこわかめは、春の出会い物と言います。同じ季節に出回るもので、料理の材料として相性が良いもののことを言います。海の幸、山の幸などを組み合わせることで、互いを引き立て、味わいが複雑になり、季節感を楽しむことができます。

7番の献立です。鮭のクリームスパゲッティは、クリームソースの白、鮭のオレンジ色、ほうれん草の緑色の組み合わせが春を感じさせます。クリームソースは、給食センターの手作りです。バター、油、小麦粉から丁寧にルウを作っています。

サラダには、ゆでたキャベツ、にんじん、きゅうり、もやしに素揚げしたごぼうをトッピングします。ごぼうは、素揚げすることで食感が変わり食べやすくなります。現代人に不足しがちな食物繊維が豊富な食材なので、積極的に食べてもらいたい食材の一つです。

10番の献立です。卵の千草焼きは、溶き卵に様々な材料を細かくきざんで加え、焼いた料理です。今回は、ほうれん草、干しいたけ、にんじん、白ごまを加えています。また、たまごの他に豆腐を水切りしてつぶしたものも加えています。1品で栄養バランスのとれた料理です。

11番の献立です。主食の肉うどんは、いつもはしょうゆ味ですが、今回は趣向を変えてみそ味にします。豚バラ肉からでるうま味とみその相性は良い

です。主菜の笹かまのぼこのえび風味揚げは、小学校で定番の料理です。たまご、小麦粉、上新粉、干しえび、塩を混ぜ合わせた衣に笹かまをくぐらせ、油で揚げます。

12番の献立です。副菜に使用するアスパラガスには、アスパラギン酸というアミノ酸が多くふくまれています。アスパラギン酸は新陳代謝を促し疲労回復に効果があるといわれています。新学期が始まって数週間がたち、疲れも出てくる頃だと思います。早寝・早起きも大事ですが、食生活でも疲労回復を助けてくれる食材を積極的に食べて、元気に過ごしてほしいと思います。

14番の献立です。主菜のえびといかのチリソースのチリソースは、しょうが、にんにく、長ねぎなどの香味野菜とケチャップ、料理酒、トウバンジャン、砂糖、塩、鶏ガラスープ、ごま油をあわせて作ります。辛味は様子を見ながら加えていきます。

春雨サラダには、もやし、にんじん、きゅうり、春雨の他に、食感のよいきくらげを加えます

15番の献立です。デザートは桃のヨーグルトかけは、ももの缶詰をお皿に配食したところにヨーグルトをかけて食べます。給食で使用している果物の缶詰は、全て国産品です。外国産のものと比べると価格は高いですが、品質と安全性を考慮して国産品を見積もりで選定しています。今回のももは、山形県産の黄色い桃の缶詰を使用します。

以上で4月分の説明を終わります。

委員長 4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。

委員長 桜トーストはどのようなものですか。小学生の評判はどうですか。

栄養士 いちごジャムをベースとしたフレンチトーストのイメージになります。塩漬の桜の花びらを混ぜ、春らしさを感じてもらおうというものです。桜の味はあまりしないかと思います。小学校でも桜を嫌がることなく食べています。

委員長 8番のみつ豆ですが、本校で豆を少なめにして欲しいとのリクエストがありました。

委員長 特にご質問が無いようでしたら、5月分の献立の説明をお願いします。

栄養士 5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。この日は、こどもの日献立です。こどもの日には、ちまきや柏餅を食べます。ちまきは中華おこわを笹の葉で巻いたものですが、給食では葉っぱで巻く作業ができませんので、中華おこわのまま提供します。中華おこわは、米ともち米を6対4の割合で混ぜ、調味料と鶏がらスープで

炊きます。具は、釜で炒めたものを後から混ぜ込みます。しいたけとほたての貝柱からうまみが出ますが、今年度はほたての香りが強く出すぎてしまったので、ホタテの量を減らして作る予定です。

2番の献立です。この日の主食にはわらびやぜんまいといった山菜を使ったうどんです。うどんの出汁は鰹と鯖のでとります。鯖からとった出汁は、コクや甘みが強く、うどんの出汁に向いているということで、給食センターでもうどんの出汁には鯖節も使っています。また、5月2日は、立春から数えて八十八日目にあたる八十八夜です。ちょうどお茶摘みの最盛期ということで、この日は緑茶の日でもあります。そこで、デザートには今年度と同じ、抹茶のホットケーキを組み合わせました。ホットケーキの生地には抹茶を混ぜ、焼く前に表面に甘納豆を散らす予定です。

3番の献立です。キムチチャーハンは、給食訪問などで生徒からたくさんリクエストされる人気メニューの一つです。キムチは商品によって味付けの濃さや辛さが違いますので、汁を一部残したり、調味料を足したりして調整します。

4番の献立です。この日の主食はパンですが、パン食の日は、男子生徒は量がもの足りないという意見もありますので、お腹にたまるよう、マカロニの入ったクリーム煮を組み合わせました。鮭のラビゴットソースは、角切りの鮭に下味をつけて揚げ、酸味のあるトマトソースをかけます。ラビゴットとは、フランス語で「元気が出る」という意味だそうです。

6番の献立です。ポークソテーは、豚のロース肉にオニオンソースをかけます。今までは脂肪分の少ない切身を使用し、焼き上がりがとても硬く食べにくくなってしまいました。今月の給食で脂肪分の指定をせずに購入して調理したところ、とても軟らかく仕上がりましたので、5月も軟らかく仕上がるものを購入したいと思います。また、5月から10月の間は、気温が高くなり細菌等の繁殖の危険が高まるため、和え物を禁止にしています。マセドアンサラダは、給食センターにて塩こしょうで軽く下味をつけ、教室でドレッシングを和えて食べてもらう予定でしたが、下味をつける時に釜で和えてしまうことになるので、下味をつける必要のないドレッシングでの味付けに変更しようと思います。ちなみにマセドアンとは、さいの目切りのことで、コロコロとしたサラダです。

9番の献立です。じゃことキャベツのパスタは、キャベツ、にんじん、ツナ、ちりめんじゃこを、しょうがとにんにくで炒め、鶏ガラや白ワイン、塩こしょう、しょうゆで味付けしてスパゲティに絡めて作ります。ちりめんじゃこにはカルシウムが豊富に含まれています。じゃこは一回の使用量が少ない食材ではありますが、大さじ1杯程度で牛乳の約2分の1量のカルシウムを摂取することができます。

10番の献立です。4月から6月はグリーンピースがおいしい時期なので、毎年この時期にグリーンピースご飯を給食に出しています。いつもは冷凍品を使用しますが、グリーンピースご飯には冷凍していない生のグリーンピースを使います。ただグリーンピースを混ぜ込むのではなく、生徒から人気のあるわかめご飯に入れる予定です。そうすることで、グリーンピースが苦手な生徒でも、食べやすくなるのではないかと思います。新じゃがのうま煮は、新メニューです。普段、じゃがいもは芽とりの少ないメイクインを使用していますが、4月や5月には男爵系の新じゃがいもを使うこともあります。今回は、豚肉や野菜、こんにゃくと一緒にしょうが、しょうゆ、砂糖な

どで煮込みます。アーサ汁は、青さの入ったすまし汁です。

12番の献立です。魚の甘酢あんは、酢豚の豚肉を魚に置き換えた料理です。5月は初がつおの季節なので、かつおを使う予定です。しょうがや調味料に漬けて臭みを取り、片栗粉をまぶして揚げます。それを釜で調味しておいた野菜と混ぜ合わせます。

13番の献立です。前回の献立作委員会や給食訪問の時に、豚丼のような丼物は量が足りないことが多い。という意見をいただきました。この日は、茎わかめサラダと果物という組み合わせですので、いつもより豚丼の配食量を増やしました。美生柑は、和製グレープフルーツとも言われている、さっぱりとした柑橘です。

16番の献立です。五目焼きそばには、豚肉、キャベツ、たまねぎ、にんじん、もやし、たけのこなどが入ります。調理工程や入れ物の都合で、中華麺は一人当たり150グラムが限界で、ごはんと比べると炭水化物もエネルギーも少ないので、白玉を入れたスープを組み合わせました。焼き豚サラダは、和え物を禁止している期間中なので、野菜と焼き豚は和えずに、焼き豚は別の小さい入れ物に入れて教室に届け、教室でドレッシングと一緒に混ぜてもらいます。

17番の献立です。ししゃもを使った料理は数種類ありますが、その多くが揚げ物の料理で、焼き物の料理が素焼きしかありませんでしたので、今回は素焼きしたししゃもにとろみのある甘辛たれをかけて提供してみようと思います。味がついていた方が魚が苦手という生徒でも食べやすいのではないかと思います。肉団子のスープの肉団子は、給食センターで手作りします。豚挽肉に豆腐を合わせてヘルシーに仕上げます。

19番の献立です。パン食の日は、ジャムやクリームなど何かぬるものがないとパンだけでは食べにくいという意見があります。毎回ジャムなどをつけるのは予算の点から難しいので、この日はチキンカツをはきんで、セルフカツサンドにして食べてもらう予定です。イタリアンサラダは、キャベツがメインで、彩りににんじんとパセリを使います。トマトやセロリの風味があるイタリアンドレッシングは、生徒から好評のドレッシングです。

20番の献立です。チャプチェは韓国の春雨料理です。本場韓国ではさつま芋のでんぷんから作られた春雨で、もっちりした食感のようですが、給食では日本では一般的な緑豆春雨を使用します。コチュジャンなどで甘辛く味付けします。

以上で5月の献立の説明を終わります。

委員長 5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 17番のししゃもの数はいくつですか。

栄養士 一人2尾になります。

委員長 2番のうどんの日ですが少し品数が少ないようだが。

栄養士 袋詰めうどんを提供しているが、全てを付け汁のお椀に入れると溢れてしまうので、一品おかずを減らして大皿に置けるようにしています。

委員長 特にご質問が無いようでしたら、6月分の献立の説明をお願いします。

栄養士 6月は食育月間です。3年生の修学旅行先である京都、奈良を始め、岩手、北海道、沖縄の郷土料理、そして地元東京や小平の食材を使った献立、ドイツやタイなどの世界の国の料理を取り入れました。日本の郷土料理や世界の料理をきっかけとして、食への興味・関心を高めてもらえたらと思っています。

1番の献立です。3年生の修学旅行先の京都にちなんだ食材を取り入れました。京都を代表する食材の一つに豆腐とゆばがあります。ゆばは、約1200年前、中国から京都の延暦寺に最初に伝わったとされています。日本での鯖の漁獲量は、京都が1～2位となっています。鯖を西京みそという京都や関西地方の甘みそのように甘めの味つけをして出したいと思っています。

2番の献立です。主食の小松菜スパゲティは、昨年10月にも出しましたが、にんにくの風味を生かしたしょうゆ味のスパゲティです。小平市内産の小松菜を使うほか、たまねぎ、エリンギ、えのきたけ、豚肉、ベーコンなどを加えて作ります。材料から出るうま味を生かしたスパゲティです。

4番の献立です。岩手県の郷土料理、盛岡じゃじゃ麺と、宮城県を中心とした東北地方の郷土料理であるずんだもちをアレンジしたずんだ白玉の組み合わせです。

盛岡じゃじゃ麺は、ジャージャー麺とは違い中華麺ではなくひらたいきしめんかうどんのような麺に肉味噌ときゅうり、ねぎをかけて食べます。給食では、ゆでうどんに肉味噌とゆでたきゅうり、もやしをのせて食べます。

ずんだ白玉は、枝豆をすりつぶしたものと砂糖でずんだあんをつくり、ゆでた白玉にからめます。

6番の献立です。ドイツ連邦共和国の料理を取り入れました。カレーヴィルストは、ベルリンやハンブルクなどで人気のソーセージ料理です。焼いたソーセージにケチャップとカレー粉をまぶす料理なのですが、給食では、ケチャップにはちみつ、バルサミコ酢、カレー粉など香辛料を加え甘めのソースにしたいと思います。

ジャーマンポテトは、ドイツではブラート・カルトツフェルンという料理です。日本では、ジャーマンポテトという名前が馴染み深いので、今回はこの名前を出しています。ブラートは「焼く」、カルトツフェルンは「じゃがいも」のことです。ベーコン、たまねぎと炒め合わせて、塩、こしょうで味つけをします。

7番の献立です。ガパオライスは、近年日本人好のみのタイ料理として人気を集めています。ガパオは英語でホーリーバジルというハーブのことを言います。豚肉や鶏肉、いかなどのシーフードとホーリーバジルを炒めたものをごはんにのせて食べます。目玉焼きを添える料理ですが、今回は代わりにたまごスープにたまごを使いたいと思います。ヤムウンセンは、タイで食べられている酸味のある春雨サラダです。「ヤム」は「和える」、「ウンセン」は「春雨」を意味します。

8番の献立です。北海道の郷土料理の一つ、石狩汁を取り入れました。

産卵のために石狩川をのぼってくる鮭を使った料理に石狩という名前がつきます。みそ仕立てにした汁に、生の鮭や野菜をたくさん入れて作ります。たらの旬は冬の魚ではありますが、1年中出回っています。今回は、北海道で水揚げが1位ということで組み合わせました。入梅の頃なので、梅を使った料理にしています。副菜のかぼちゃは、日本では北海道が収穫量のトップです。穫れる時期は少しずれていますが、紹介したいと思います。

10番の献立です。食パンにそえたあんずジャムのあんずは、6月から7月が旬の果物です。給食では、生のあんずを出すことはないのですが、季節の果物を知ってもらいたいと思い、組み合わせています。

主菜の鰯のシチリア風トマトソースは、油で揚げた鰯になすやズッキーニなどの夏野菜を細かくきざんだトマトソースをかけて提供します。なす、ズッキーニ、トマトはいずれもシチリア島で多く作られています。

11番の献立です。少し早いですが、19日の食育の日に合せて、東京都の食材を使った献立にしました。この日の牛乳は、いつもの群馬県から届いている牛乳とは違う、東京都内で作られている牛乳にする予定です。多摩地区の酪農家から集めた乳を日の出町にある工場加工しています。200mlの紙パックの牛乳になります。東京が実は全国に先駆けて酪農をしていたことを紹介したいと思います。

また、東京の島で生産されている明日葉のみそ汁に入れたり、飛び魚のミンチを使ってハンバーグを作る予定です。サラダに使用する糸寒天も東京の島でとれる天草を加工して作られています。東京を知る献立です。

13番の献立です。主食のはちみつレモントーストは、レモン果汁、バター、はちみつ、砂糖などを混ぜ合わせたものにパンをひたし、焼き物機で焼きます。レモン果汁を入れて、さっぱりした味に仕上げることで、食欲がおちる時期におすすめのトーストです。はちみつは、昭和記念公園や多摩大橋周辺でとれたはちみつを使っています。

15番の献立です。小平夏野菜カレーは、ここ数年小学校全校で統一で出しているメニューです。29年度は中学校も統一メニューとして出したいと考え、日程調整をしました。小平市内でとれるたまねぎ、にんじん、じゃがいも、なす、青ピーマン、トマト、にんにくを使って作ります。

6月23日は、沖縄慰霊の日です。戦没者の慰霊をし、平和を祈る日ということで、被害にあわれた沖縄の方々だけでなく、日本人にとって忘れてはならない日です。沖縄の料理を紹介するとともに、歴史と平和についても考える機会になるようにと考え、献立に取り入れました。

16番の献立です。もずく丼は、沖縄の学校給食で人気のあるメニューです。もずくというと酢っぽい料理を思い浮かべるかもしれませんが、子どもたちの好む甘めの味付けですので、食べやすいです。

イナムドゥチは、豚肉を使用した具だくさんのみそ汁です。お盆やお正月に多くの家庭で作られています。イナは猪、ムドゥチはもどきという意味です。

人参シリシリはせん切りという意味です。細く切ったにんじんとツナを炒め合わせ、溶き卵を加えます。

19番の献立です。主食の糧うどんは、小平市の郷土料理です。何回か登場しているので、定番になりつつありますが、糧はゆでた季節の野菜のことで、青菜やなすなどをゆでてそえます。給食では、つけ汁のほうに野菜を入れています。つけ汁には肉を使わず、油揚げを入れます。



副菜のクープイリチーは、平成 24 年度に市制 50 周年を記念して実施した「小平やさいたっぷりメニューコンクール」の優秀作品です。正式名は、小平野菜たっぷりクープイリチーです。

21 番の献立です。主菜の鶏肉のママレード焼きは、しょうゆ、白ワイン、ママレード、にんにくで下味をつけて焼きます。カルボナーラポテトは、じゃがいもとベーコンを加熱したところに、牛乳、生クリーム、黒こしょう、粉チーズ、有塩バター、塩で作ったソースをからめます。

22 番の献立です。今日の献立は、奈良県の郷土料理を取り入れました。奈良茶めしは、奈良の東大寺や興福寺の僧侶が食べていたものです。ほうじ茶や炒った大豆、塩、しょうゆなどを加えてごはんを炊きます。日本の外食文化は、江戸時代前期に登場した奈良茶めしの店だったと言われています。奈良茶めしにとうふのあんかけなどが定食スタイルとして出されたそうです。

飛鳥汁は、飛鳥時代に宮廷へ献上されていた牛乳を入れて作ったみそ汁です。仏教の伝来とともにすたれてしまった料理ですが、最近では奈良県の郷土料理として紹介されています。

以上で 6 月分の説明を終わります。

委員長 6 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 もずく丼はどのようなものか。

栄養士 豚ひき肉、玉ねぎ、人参、枝豆、ピーマン、もずくを炒めて生姜、砂糖、醤油、みりん、酒で味付けしたものをご飯の上に乗せて食べます。緩ければ澱粉でとじます。沖縄では人気の献立です。

委員長 丼の献立が続くが、意図はありますか。

栄養士 食器の都合で丼になってます。丼の献立が続く点については 2 番の献立と変更できますので、どの丼献立と変更できるかは調理員とも相談して決めさせていただきます。

委員長 それでは変更いただけるということで、具体的な変更の内容はお任せいたします。

その他特にご質問が無いようでしたら、7 月分の献立の説明をお願いします。

栄養士 7 月分の献立について説明します。

1 番の献立です。暑い地域の食べ物を食べて、夏バテせずに夏を乗り切ろうということで、沖縄の料理を組み合わせました。ジュウシイはきざみ昆布の入った混ぜご飯です。ラフテーは、70 グラムの豚ばら肉を一度下茹でし、アク、臭み、脂抜きをしてから調味液で煮込みます。調理時間が限られ

ていますので、ご家庭のようにお肉がホロホロと崩れるほどは煮込むことができませんが、可能な限りに煮込み、味を染み込ませたいと思っています。飲み物は、牛乳ですとエネルギーが高くなりすぎてしまいます。しかし、この日の食事ではカルシウム摂取量が少ないので、牛乳より容量が少ない130mlの飲むヨーグルトを組み合わせました。

2番の献立です。カフェオレフレンチトーストは、今年度一度提供した料理です。フレンチトーストにコーヒーを加えてカフェオレ味にしているのですが、前は見た目は茶色かったのですが、味のカフェオレ感が少なかったため、同じ料理を提供している小学校のレシピなどを参考にして改良しようと思います。小平第五中学校では、生徒と配膳員で給食に対する意見などが書かれた交換ノートというもの行っており、そこで生徒からリクエストがあったので、今回また献立に取り入れました。また、ウインナーと鶏肉のトマトソース煮は、とろみがついた料理です。ツウを作る時はいつも小麦、バター、油を使っているのですが、この料理は小麦と油だけでルウを作っているため、乳製品のアレルギーがある生徒でも食べることができます。

4番の献立です。毎年7月には小平の市内農家が育てた枝豆を給食に取り入れています。枝豆はさや付きのまま茹で、クラスごとの入れ物に入れる時に塩を振ります。枝豆は7月の初めの方に取り入れてほしいということで農家の方から要望が来ているのですが、枝豆は洗浄などにとっても時間がかかります。調理委員と作業工程などを相談して、この7月の2組目の献立に入れました。

5番の献立です。この日はたなばた献立です。さばのカレー焼きは、魚が苦手という生徒でも「食べやすかった。」「おいしい。」という感想をいただけた料理です。たなばた汁は、そうめんと星形のかまぼこを入れたすまし汁にする予定です。たなばたにそうめんを食べるようになった由来は、中国伝来の「索餅(さくべい)」という、小麦と米粉を練り合わせて縄上に伸ばした料理だと言われています。中国では7月7日に索餅を食べると1年間無病息災で過ごせるという伝説があり、それが日本に伝えられ、そうめんに変わっていったそうです。また、そうめんを天の川などに見たてて食べたという説もあります。そうめんは汁に入れるとのびやすいので、一度茹でて水で冷やしておき、すまし汁の調味が終わる段階で再度釜に入れて温める予定です。

8番の献立です。この日の献立には、小平産の食材を盛り込みました。なすと小松菜、ほうれん草が小平産のものになる予定です。のり和えは、普段はほうれん草を使うことが多いのですが、通年で小平市内の農家に納めている小松菜で作る予定です。とうもろこしは、1月末に農家の方と使用時期を相談してこの日の献立に組み込みました。使用日から逆算して種を撒いていただきます。1回で約800本使用する予定ですので、農家団体の方にも全面的に協力していただいて毎年提供できています。とうもろこしは、1本を3等分してから茹でる予定です。

9番の献立です。コロッケも一から手作りで調理します。7月は10日以降ですと例年小平産のかぼちゃが収穫できるということで、市内産のかぼちゃを使ったコロッケにしました。さらに、7月ですと、中学校給食専用の畑で育てたメイクインのじゃがいもが収穫されますので、この日はじゃがいももかぼちゃも小平産の予定です。このように、7月は枝豆、とうもろこし、かぼちゃ、じゃがいもなど、多くの小平産食材を使用する予定ですので、給

食メニューと関連付けて地産地消について生徒にお知らせしていきたいと思  
います。また、この日のデザートはすいかです。すいかは大玉のものを購入  
し、1玉を3等分します。三角にカットするので、どうしても先端が崩れ  
やすくなってしまいますが、崩れてしまわないように気を付けて入れ物に  
入れます。

1 1 番の献立です。この日はごまだれ味の冷やし中華です。生徒は酸味の  
強いものをあまり好まない傾向になるので、酸味の強いしょうゆだれではな  
く、ごまだれにしました。麺が個包装になってしまうので、教室で配膳する  
時は、先に大皿に野菜を盛り、その上に冷たい中華麺とごまだれをかける形  
になってしまい食べにくいかもしれませんが、お皿の中で混ぜるなどして食  
べていただけたらと思います。チンゲンサイとしめじの卵スープは、鶏ガラ  
スープで鶏肉、しめじを煮込んで調味し、片栗粉でとろみをつけたところに  
卵を散らします。チンゲンサイなどの青菜は、あらかじめ茹でておいたもの  
を最後に入れて仕上げます。

1 2 番の献立です。夏野菜キーマカレーはサフランライスにみじん切りに  
した食材で作ったキーマカレーをかけて食べます。じゃがいも、青ピーマ  
ン、赤ピーマン、さやいんげんなどが夏が旬の食材です。夏野菜のコーン  
を入れると彩りもきれいになるのですが、前回の会議の時に話した通り、  
現在国内産のコーンが流通していないということで、今回はコーンは使わな  
い予定です。今年のとうもろこしの収穫状況を見て、国内産のコーンが使え  
そうな場合には、使用したいと考えています。

委員長 7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 小魚などの魚の種類が同じものが多い印象だが、別の種類の魚は使えない  
のか。自分の子は魚が苦手な2尾づけの時に1匹残していると聞いた。他の  
生徒の残食状況はどうか。

栄養士 ししゃも、豆あじ、にぎす、わかさぎなどを使っています。味を付けた  
り、焼くのに最適なのがししゃものため頻度が多くなっています。ししゃも  
の青のり揚げは好評で保護者からの問い合わせが多数寄せられています。基  
本的には魚を苦手にする生徒が多いというも感じています。魚屋さんとも  
旬や他の種類の魚について相談しながら決めているところです。

委員長 1番の献立で飲むヨーグルトは合うのか。

栄養士 カルシウムを補うために飲むヨーグルトにしたが、別の飲み物に変更でき  
ます。確かに脂っこい献立なので麦茶に変更することでいかがでしょうか。

委員長 麦茶をお願いします。

委員長 特にご質問が無いようですので、平成29年度第1学期の献立は決定いた

します。これをもちまして、本年度の第3回献立作成委員会を終了いたします。