

平成30年度第3回小平市献立作成委員会 会議要録

- 1 開催日 平成31年2月21日（木）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14名 欠席者3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
 - ②生徒・保護者・学校からの意見・感想について
 - (3) 協議事項
平成31年度第1学期分 献立について
 - (4) その他

【会議要録】

所長 これより、平成31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。本日は小平第一中学校・栗林校長にお願いしたいと存じます。
それでは、早速ですが、委員長にご挨拶いただき、引き続き議事進行をお願いいたします。

委員長 先日、本校の3年生が給食はあと何日、食べられるのか、気にしている会話を耳にしました。やはり、給食は生徒にとって楽しみになっています。生徒にとって楽しみであるとともに、食育としての観点も併せ持つ学校給食の充実はとても重要です。本委員会では充実した給食の献立が実現できるよう有意義な話し合いができればと思います。
それでは議事を進行してまいります。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11月分から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、報告事項（２）生徒・保護者・学校からの意見・感想について事務局より報告をお願いします。

事務局 資料２をご覧ください。各校の給食委員会を通じて生徒から給食に関するアンケートを提出いただいております。また、保護者を対象として試食会におけるアンケート、学校からの意見・感想についての報告を資料にまとめております。この後の献立を検討する際に参考にご覧ください。

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３１年度第１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４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。

平成３１年度の献立では、市内中学校８校のうち６校の家庭科の先生方のご協力をいただきまして、生徒の考えた料理を給食に取り入れています。夏期休業中や冬期休業中の課題、授業で考えた理想の献立など中学校によってテーマは異なっていますが、給食で作れる料理、小平市内産の野菜を活用できる料理を基準に選ばせていただいております。

秋・冬に適した料理を選定させていただいた小平第五中学校、小平第六中学校、花小金井南中学校につきましては、今回一部取り入れている作品はありますが、基本的には９月から１２月の献立で取り入れていく予定です。

４月の献立では、小平第一中学校、小平第二中学校、上水中学校の生徒作品を取り入れています。

１番の献立です。小松菜のバターしょうゆ炒めは、生徒作品です。「中学生に必要な栄養素を多くとれるメニュー」のうち「カルシウムを多くとれるメニュー」というテーマに合わせた作品です。オリーブオイルでベーコン、しめじ、小松菜、さくらえびを炒めて、しょうゆとバター

一で味付けをします。小松菜は小平市内産のものを使用する予定です。小松菜とさくらえびには、カルシウムが多く含まれています。

3番の献立です。若竹汁には、新たけのこを使用する予定です。春ならではの歯ごたえと香りを味わってもらいたいと思います。12番のたけのこごはんにも同じく新たけのこを使用する予定です。鯖のごまだれかけは、市内の小学校の魚料理の中でも人気のある料理です。

7番の献立です。チキンソテーは、生徒作品です。成長期の中学生に大切な「たんぱく質をとれるメニュー」というテーマに合わせた作品です。鶏肉を焼いて、バター、オレンジジュース、しょうゆ、こしょう、パセリのみじん切りで作ったソースをかけます。

8番の献立です。ひじきしらすごはんと高野豆腐のかきたま汁も生徒作品です。ひじきしらすごはんには、ひじき、しらすの他に大豆、こんにゃく、にんじん、万能ねぎを混ぜ込みます。「カルシウムを多くとれるメニュー」です。高野豆腐のかきたま汁は、角切りの高野豆腐、もやし、しいたけを和風だしで煮た後に、たまごとじます。こちらは、「たんぱく質を多くとれるメニュー」です。

10番の献立です。豆腐つくねバーグは、生徒作品です。この学校では、1年生と2年生の夏期休業中の課題からそれぞれ各クラス1人ずつ計10人の作品を選ばせてもらいました。

作者の妹さんが豆腐が苦手なため食べてくれないので、妹さんの好きなハンバーグに豆腐を入れて作ったということでした。同じように中学生にも苦手なものがあっても、食べてもらいたいという願いをこめて取り入れました。

11番の献立です。生徒作品になります。この学校では、夏期休業中の課題として、「自分で朝ごはんコンクール」を実施されています。小平市内産の食材を必ず使用して、朝ごはんの献立を考えるという課題になっています。

ガーリックトースト、トマトスープ、マッシュポテトの他にゆで卵と小平市内産の梨を組み合わせ、「小平おしゃんていーbreak fast☆」というテーマです。生の野菜よりもスープの方が野菜を多くとれるということで、サラダではなく、スープを組み合わせました。マッシュポテトは、じゃがいもにひき肉とチーズも加わり、たんぱく質もとれる料理になっています。

13番の献立です。肉豆腐のキムチ炒めは、生徒作品です。「たんぱく質を多くとれるメニュー」です。作品は牛肉を使用していましたが、国産の牛肉は価格が高いため、豚肉で代用します。

以上で4月分の献立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。

(質疑応答無し)

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。あじは1年を通して漁獲される魚ですが、脂がのって一番安定しているのは春から夏にかけてです。30gの小さめものを一人2枚づけにする予定です。サラダに使用する糸寒天は、東京都伊豆諸島でとれたテングサから作られたものを使用します。サラダはたんぱく源が入った方が生徒も食べやすいという意見がありましたので、教室でドレッシングを和える時に鶏ささみ肉も一緒に和えて食べてもらう予定です。

2番の献立です。ホットドッグは、背割りのコッペパンに、チリソースをかけたウインナーを挟んで食べてもらいます。先日の残食調査の時にも、食パンやコッペパンにはジャムなどをつけてほしいという意見がありました。毎回ジャム等をつけてしまうと、糖分の過剰摂取や、食料費が圧迫されてしまうことが考えられますので、今回のように、調理したものを挟んで食べられるような組み合わせを増やしました。付け合せには、ウインナーと一緒にパンにはさむことができるように、塩こしょうで炒めたキャベツやコーンを組み合わせました。スープは、にんじんが苦手な生徒でも比較的抵抗なく食べられるようににんじんを使ったポタージュスープです。にんじんジュースと人参のピューレーを使い、仕上げに生クリームを入れることでまろやかな味に仕上がります。

3番の献立です。修学旅行先の一つである奈良県にゆかりのある奈良茶飯とにゅうめんを組み合わせました。奈良茶飯は、炊飯時にほうじ茶を加えてごはんを炊き、炊き上がりに大豆を混ぜて作ります。にゅうめんは、そうめん発祥の地と伝えられている三輪地域の郷土料理です。野菜・きのこ・油揚げ・そうめんを使ったすまし汁です。

5番の献立です。この日も修学旅行先の京都の料理を組み合わせました。丹後のまつぶたずしは今年度の給食で一度提供した料理です。炊いたご飯に、合わせ酢・甘辛く味付けをした鯖のほぐし身・かんぴょうや椎茸などの具材を混ぜ込んで作ります。豚バラと大根の炊いたんは、煮物料理です。京都では、「煮る」ことを「炊く」と言うそうです。豚ば

ら肉・大根などの具材を出汁で煮て調味し、最後に彩りでほうれん草を加えます。京風みそ汁ですが、普段みそ汁は赤味噌と白味噌をブレンドして作っていますが、この日は白みそのみで作ります。

7番の献立です。青椒肉絲は、生徒の考えたレシピを採用します。普段給食に出している青椒肉絲には、彩りとしてにんじんが入っていますが、生徒が考えたレシピ通り、今回はにんじんを使用せずに作りたいと思います。

8番の献立です。小松菜とベーコンのガーリックソテーは、昨年度の家庭科の課題で生徒が考えたレシピを提供していただいたものです。小松菜・ベーコン・エリンギを、にんにくと塩こしょう、しょうゆで炒めます。

9番の献立です。この日は東北の料理を組み合わせました。「引き菜炒り」は福島県の料理です。「引き菜」とは、大根や人参等の野菜を千切り・細切りにしたもので、それらを油揚げとともに炒めて醤油・酒・みりんで調味します。やや甘めの味付けで、前回給食で提供した際に教室の様子を見に行ったところ、とても好評でした。「せんべい汁」は青森県の料理で、野菜などの具材と一緒に南部せんべいを煮込んだ汁物です。南部せんべいは、お菓子として食べられているものとは違い、汁物用に作られたものを使用します。

11番の献立です。卵の千草焼きは、細かく刻んだにんじん・ほうれん草・しいたけを混ぜて焼いた卵焼きです。煮浸しに使う野菜は、小松菜と白菜を予定しており、小松菜は小平産のものを使用できるのではないかと思います。けんちん汁は、精進料理の一つで、お肉を使わないで作るのが特徴です。大根・ごぼうなどの根菜と里芋、こんにゃく、豆腐を使って作ります。

13番の献立です。この日は、旬の食材であるグリーンピースを混ぜ込んだごはんです。グリーンピースを苦手とする生徒は多いようなので、少しでも食べやすくなるように、生徒から人気のあるわかめごはんの素と一緒に混ぜ込んで作ります。旬の時期のグリーンピースは甘くておいしいです。旬のおいしさを味わってほしいという思いで、毎年5月頃の給食に取り入れています。

16番の献立です。アスパラガスも5～6月頃が旬の野菜です。グリーンアスパラガスは、ビタミンが豊富な緑黄色野菜です。グリーンアスパラガスは旬で栄養価が高いだけでなく、彩りにもなります。また、豆乳クリーム煮ですが、スープの全量を豆乳で作ろうとすると、大豆の香りが強く出てしまう、しっかり加熱することで豆乳が分離してしまうことなどが懸念されるため、豆乳と牛乳を1対1の割合で使用して作ります。

18番の献立です。この日のうどんは、春の山菜である「わらび・ぜ

んまい」を使って作ります。わらびとぜんまいは、あく抜きをした水煮を購入して使います。かつおとさばで出汁をとり、塩・しょうゆ・みりんで調味します。かつおは、春の初ガツオと秋の戻りガツオと言われるように、旬が2回あります。初ガツオは、脂は少ないですが、うま味が強いといわれています。下味をつけたかつおに片栗粉をまぶして揚げ、黒砂糖とねり梅を使ったたれを絡めて提供する予定です。

19番の献立です。給食で使用しているわかめは、乾燥状態のものと、冷凍状態のもの2種類があり、その時々で使い分けています。この日のわかめサラダは、肉厚で食感のよい冷凍わかめを使って作る予定です。生徒との交流ノートに、わかめが大きいという感想がありましたので、食材選定の時に、食べやすい大きさのものを選ぶようにしたいと思います。

5月分の献立の説明は以上になります。

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 残食調査結果で大根サラダの残食が多くなっていますが、提案した献立にも組み込まれています。何か改善して提供しますか。

また、卵スープも同様に残食が多かったが、新しい献立に入っていますが、何か残食を減らす工夫はありますか。個人的には卵スープは冷めると食べにくい香りがすると感じている。配膳時の温度の問題もあるのでは。

事務局 大根サラダについてはドレッシングを変更する。

残食の結果により直ちに、その献立を提供しないといったことは無い。献立の組み合わせや味付けなど様々な残食の要因が考えられる。食育の観点からも食べてもらいたい献立として提供していきたい。

給食センターの卵スープは液卵を使用しているので、卵の固まり方に特徴が出てしまう。食べ易くなるような別の液卵を探している。

スープの温度は、保温性のある2重食缶に入れ、配送時間直前まで釜で加熱して温度管理している。教室で湯気の出る位の温度で配送できている。

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 それでは6月の献立について説明をさせていただきます。

6月の献立は、小平第一中学校、小平第二中学校の生徒作品を取り入れました。

1番の献立です。ポークソテーとなすとズッキーニのトマトソースは生徒作品で、この学校では、「地域の食材を選んで給食の献立を作ってみよう！」というテーマで夏期休業中に課題が出されました。小平市内のズッキーニの出盛り期に合わせて6月初旬に入れました。

2番の献立です。小松菜としらすの煮浸しが生徒作品です。6月4日から10日は、歯と口の健康週間ということで、小魚や小松菜、豆・豆製品を献立に取り入れています。

3番の献立です。6月は食育月間ということで、東京都の郷土料理である深川飯と八丈島産のとびうおを使用したつみれ汁、明日葉を使用した和え物を組み合わせました。

8番の献立です。6月にサッカー女子ワールドカップフランス大会が開催される予定ですので、フランスの料理であるポタージュとラタトゥイユを取り入れました。ラタトゥイユは、生徒作品です。課題のテーマは、「みんなに自慢したい地域の食材を選んで調べて料理を作ってみよう！」でした。夏野菜たっぷりの料理を食べて、暑さを乗り切ろう！！ということで、トマト、なす、オクラ、ピーマン、たまねぎを使っています。

9番の献立です。枝豆入りチャーハンと辛くない！？豆腐チゲは生徒作品です。豆腐チゲは、小平市内産のキャベツの他、大豆もやし、にら、しいたけ、あさりを使用しています。キムチは入れずに、酒、みそ、砂糖、コチュジャン、オイスターソースで味つけをする予定です。

11番の献立です。夏野菜と豚肉のみそ炒めは、生徒作品です。豚肉、たまねぎ、ピーマン、にんじん、しょうがを炒めて作ります。地産地消とお金をかけずに栄養バランスの良いメニューを意識して考えたそうです。

12番の献立です。夏野菜ハンバーグと切り干し大根のデリ風サラダは、生徒作品です。ハンバーグには、細かく刻んだピーマンとズッキーニが入ります。切干大根のデリ風サラダは、切干大根の他にきゅうり、にんじん、枝豆、ツナ缶を使用します。夏は食欲が少しなくなることもあるので、1食で多くの野菜がとれる料理を選んだそうです。

13番の献立です。6月23日の沖縄慰霊の日に合わせて、少し早いですが沖縄県の郷土料理であるジュシー、ラフテーと特産品のもずくを使用したスープを組み合わせました。

15番の献立です。ビビンバは、生徒作品です。「夏バテに負けない！韓国風朝ごはん」ということで、地場野菜の小松菜を使ったメニューです。夏休み中、毎日のように部活でたくさん運動をするので、ビタ

ミンB1の多く含まれる豚肉を取り入れ、疲労回復をねらった献立にしたそうです。

17番の献立です。なすと豚肉のつけ汁うどんは、生徒作品です。小平市内産のなすとたまねぎを使用しています。なすは、味が染みやすいように薄切りにします。

19番の献立です。小平夏野菜カレーは、市内小学校・中学校の共通メニューです。小平市内産の夏野菜をたっぷり使ってカレーを作ります。中学校では、この取り組みは3年目を迎えます。小平市内の生産者をお招きし、児童や生徒と一緒に給食を食べていただくという取り組みを、JA東京むさし小平支店のご協力をいただきまして、市内のいずれかの小・中学校で毎年行っています。生産者の方から、直接話をしていただくことで、児童・生徒は作り手への感謝を実感し、野菜のおいしさに気付くきっかけにもなっています。

以上で6月の献立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。

(質疑応答無し)

委員長 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。

それでは7月の献立について説明をさせていただきます。

栄養士 2番の献立です。鮭のハーブパン粉焼きは、鮭に塩・こしょう・白ワイン・ハーブ・マヨネーズを和えたものを絡め、パン粉をまぶして焼きます。この料理は、平成28年に第四中学校から「委員会の活動と合わせて、給食でも世界の料理を出してほしい」という要望があり、その要望にお応えする形で給食に出した料理です。すいかは、5kgの大玉を32等分して提供します。先端が崩れてしまわないように気を付けながら容器に入れます。

委員長 3番の献立です。なすたっぷりドライカレーは、生徒の考えたレシピです。挽き肉、なす、玉ねぎ、ピーマン、赤ピーマンを炒め、カレー粉やウスターソースなどで調味して作ります。生徒がレシピ作成際に工夫したことは、「小平でとれる野菜をたくさん使いたい!と考えたメニューです。なすが苦手な人は多いですが、小さく刻んでドライカレーにすることで、食感も風味も気にならず、たっぷり食べられます。」とのことです。実際に生徒が作った写真もありますので、写真とレシピを参考に再現したいと思います。この日の枝豆は、小平産の新鮮なものを使用

する予定です。塩ゆでしてさやつきそのまま提供します。

4番の献立です。肉うどんは、給食の定番メニューの一つです。前回の残食調査の時に、肉うどんは具が少ないのもっと具を増やしてほしいという意見がありましたので、汁の割合を少々減らし、具材の量を増やしました。いかの天ぷらは、献立名をいかの梅衣天ぷらに変更をお願いします。先日、給食物資納入業者からレシピ提案されたものを取り入れました。天ぷら衣の中に刻んだ乾燥の梅を混ぜることで、衣に塩を使わず調味ができ、色もきれいに仕上がります。乾燥梅は、ごはん混ぜ込んだ梅ごはんも生徒から人気ですので、生徒にも好んで食べてもらえるのではないかと思います。

5番の献立です。7月7日の七夕にちなみ、デザートフルーツミックスは星形の杏仁寒天とナタデココを加えて作ります。

6番の献立も七夕にゆかりのあるそうめんを使った七夕汁を取り入れました。七夕汁には、そうめんの他に星の形に見えるオクラを使います。彩りごはんは、炊いたごはんに野菜ごはんの素を混ぜ込みます。

7番の献立です。タコライス、メキシコ料理のタコスが沖縄県に伝わり変化したものです。ごはんの上に炒めた挽き肉、ピリ辛のトマトソースで調味したキャベツなどの野菜をのせて食べます。食欲が減退しがちな暑い時期に、食欲を増進させるスパイスを効かせたものを食べ、夏を元気に乗り切ってほしいという思いで取り入れました。フローズンヨーグルトは、さっぱりしていて生徒からも人気があるデザートです。食べる直前まで配膳室で保冷しておき、半解凍の状態でおいしく食べられるようにしたいと思います。

8番の献立です。JAの方と連絡を取ったところ「7月には小平産のかぼちゃを納入できるだろう。」とのことで、かぼちゃコロッケを取り入れました。コロッケも素材から手作りしていますので、じゃがいもとかぼちゃを蒸し機で蒸し、大きなミキサーでつぶして材料を混ぜ合わせます。その後、機械で小判型に成型し、衣をつけて揚げます。

9番の献立です。とうもろこしは、小平でとれたものを使用したいと考えています。市内でとうもろこしを作っている農家の方たくさんいますが、給食で使用するとなると、一度に大量に収穫できるように栽培しなければなりません。そこで、中学校給食では市内の農家団体にご協力いただき、専用の畑で栽培していただいています。今回も献立を考えるに当たり、農家さんと使用日と予定数量を打ち合わせして取り入れています。市内でとれた新鮮で甘いとうもろこしを生徒の皆さんにも味わって食べてもらいたいと思います。一本を3等分しますので、2日間で約1,500本のとうもろこしを納めていただく予定です。

10番の献立です。小平夏野菜パスタは生徒が考えた料理で、ミートソース味のスパゲティです。一般的なミートソースは、全ての食材がみ

じん切りになっていますが、このレシピでは、形の残った野菜がゴロゴロと入ったソースです。ソースの材料は、なす・玉ねぎ・ピーマン・トマト・ベーコン・ベーコン等です。レシピのポイントは、野菜の味や食缶を残すために、火を通しすぎないようにすることだそうです。給食では安全性の面から、食材の中心温度が基準温度に達するように十分加熱していますが、できる限り生徒のイメージしているものに近づけるように調理したいと思います。

13番の献立です。もずく丼は、豚挽き肉・玉ねぎ・人参・ピーマン・枝豆・もずくを炒めて、しょうが・砂糖・しょうゆ・酒・みりんで味付けしたものをごはんの上に乗せて食べます。もずくの粘り気があり、とろっとした仕上がりです。人参シリシリは、せん切りという意味です。せん切りにしたニンジンとツナを炒め合わせ、溶き卵を加えて作ります。

以上で7月分の説明を終わります。

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 東京牛乳とは何か。

事務局 東京の日の出町で作られている牛乳である。都内産献立の日に合わせて提供する。通常はビン牛乳だが、この日は紙パックとなり、珍しさはある。日頃は低温殺菌乳だが、東京牛乳は通常の殺菌温度で処理するため、味は家庭で飲み慣れている市販の牛乳に近い。

委員 カレーヴィルストとは。

事務局 ドイツの料理。ウィンナーをカレー粉で味付けしたもの。

委員 全体的に白いご飯が少ない印象だが、何か理由はあるか。

事務局 いくつか理由がある。生徒からのリクエストで味付きのご飯を提供している。また、調理工程の問題で使用できる調理機器が限られ、副食を増やせない代わりに混ぜご飯のような形している時もある。

委員長 特になしようでしたら、以上で平成31年度第1学期の献立を決定いたします。

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。