

学校給食

School Lunch Miyazaki

みやざき



第8回 学校給食フェア(宮崎県学校栄養士会共催)

■もくじ

- P2~5 令和元年度「地場産物を活用した学校給食献立調理発表会」参加8チームの紹介/
ひむか地産地消交流給食会～日之影町立宮水小学校
- P6 第8回 学校給食フェア
- P7 非常食の紹介／令和元年度 第3学期分「学校給食用冷凍食品合同選定会」九州ブロック共通選定品
- P8 給食会へようこそ／令和元年度 第1回学校給食用パン品質審査会/
衛生管理サポート事業／お知らせ／編集後記

令和元年度 「地場産物を活用した学校給食献立調理発表会」

8月8日(木)に本会において「地場産物を活用した学校給食献立調理発表会」を開催しました。栄養教諭・学校栄養職員・調理員で編成された8チームが参加し、今年度のテーマである県産品（しいたけ）や地域の食材を取り入れた献立が紹介されました。指導助言を南九州大学 健康栄養学部 准教授 山内 美智子先生、宮崎県学校教育研究会栄養教諭・学校栄養職員部会 理事長 坂本 亜子先生にお願いし、献立をたてる際の条件やより充実した給食提供のための取り組み方について講評をいただきました。また後援団体として、宮崎県米消費拡大推進協議会、みやざきの食と農を考える県民会議、宮崎県漁業協同組合連合会、宮崎県農協果汁、宮崎県しいたけ振興会の代表者の方々にも参加していただき、意見交換を行いました。今後も各学校や関係機関等と連携を図りながら、学校給食での地場産物活用に繋がるような事業を行っていきたいと思います。



宮崎地区①

宮崎市立生目台中学校 吉田 由美
宮崎市立宮崎小学校 栗野 梨恵



「ひむかの卵とし丼」は、小学校共通献立に取り入れている献立です。「ひむか地産地消の日」に合わせて実施しています。宮崎県産の豚肉・ピーマン・赤ピーマン・千切大根・干し椎茸・ねぎ・卵を使用しています。丼にすることで、児童の苦手な食材も食べやすいようです。

「きゅうりとえのきのピリ辛和え」は、中学校共通献立に取り入れています。宮崎産のきゅうりやえのきをいつもの和え物よりたくさん使用しています。トウバンジャンが入ること少しピリッとしておいしく仕上がります。子どもたちにも人気のある和え物です。



- ひむかの卵とし丼
- きゅうりとえのきのピリ辛和え
- みかん
- 牛乳

宮崎地区②

宮崎大学教育学部附属小学校 岩見 ミカ
 // 田方 初美
 // 丹波 智美



宮崎の特産品である千切り大根にひじきを入れ、サラダで食べやすくしています。また、宮崎獲れのしいらを子どもの好きなケチャップ味にしました。季節の野菜であるとうがんと特産品のしいたけは、スープに入れ、カレー風味で食べやすくしています。



- 麦ごはん
- しいらのみそケチャップあえ
- 千切りとひじきのサラダ
- とうがんのカレースープ
- 冷凍みかん ●牛乳

都城・北諸地区

三股町立三股小学校 小林 和美
 都城市立明道小学校 瀬戸口聡恵



【枝豆としらす干しの梅味ごはん】都城の香梅園の梅を使用したごはんです。
 【そうめん汁】都城・三股地区では、お盆にそうめんを食べます。貝の干し椎茸、厚揚げなどを甘辛く煮たものをそうめんのにせて食べる人が多いですが、今回はだし汁で煮ています。
 【しいたけの陣笠揚げ】都城のどんこを使用した陣笠揚げです。東京オリンピックの熱中症予防で話題の陣笠に見立て、ひき肉にピーマンの三色としいたけの黒、たまねぎの白で五輪の色を楽しめる揚げ物です。
 【夏野菜の甘酢和え】三股にある菊花大輪で夏野菜を和えています。中には、旬である生ずいき（といもがら）を入れました。



- 枝豆としらす干しの梅味ごはん
- しいたけの陣笠揚げ
- 夏野菜の甘酢和え
- そうめん汁●ブルーベリー
- 牛乳

西諸地区

えびの市立加久藤小学校 梯 愛弥
 // 尻枝 寿実



ごはんは、えびの産のヒノヒカリを使用しました。
 呉汁は、郷土料理として年に数回献立に取り入れています。大豆が苦手な児童は多いですが、すりつぶした大豆を使用することで、残さず食べてくれます。今回は、えびの産の大根、にんじん、ほうれん草を使用しました。
 しいらの甘酢あんかけは、宮崎県産のしいらを使用しました。しいたけは、肉厚で歯ごたえのある食感を楽しんでもらうために、大きめに切っています。甘酢あんかけで食べやすくなっていると思います。
 日向夏みかんゼリーは、酸味があり人気のデザートです。



- ごはん
- しいらの甘酢あんかけ
- えびのっ呉汁
- 日向夏みかんゼリー
- 牛乳

西都・児湯地区

西都市立妻北小学校 黒木 彩夏
西都市立妻中学校 宮原 知子
// 森 恵利奈



西都の野菜をふんだんに使った献立にしました。
ピラフは西都産のカラーピーマンとピーマンを入れました。西都といえばスイートコーンですが、今回は冷凍を使って、西都らしさを感じるピラフにしました。
ズッキーニのスープは、西都のズッキーニを入れました。ころころにすることで食べやすく楽しいスープにしました。夏らしさと、出汁が出るので生のトマトを入れました。
ミートローフは、下にしいたけを敷き詰めることで、しいたけが目に入らないようにしました。
苦手な子でも、見た目にはわからないので抵抗なく食べるきっかけになり、口に入れたらしいたけもおいしいと感じてもらいたくてそのような工夫をしました。スキムミルクでカルシウム強化、おからを入れることでふんわりとし、食物繊維も多くとれるようにしました。
添え野菜のサラダは、西都産の千切大根、ゴーヤ、きゅうりを入れ、ゴーヤが食べやすいようにごまドレッシングとレモン汁で味付けをしました。

- 彩り西都ピラフ
- しいたけミートローフ
- 千切大根とゴーヤのサラダ
- ズッキーニスープ
- りんごゼリー ●牛乳

東臼杵地区①

延岡市立一ヶ岡小学校 落合美紗季
延岡市立川島小学校 出水 里沙



チキン南蛮と八杯汁は延岡の郷土料理です。
チキン南蛮は、代表的なタルタルソースをかけたチキン南蛮と、甘酢だれにつけただけで味わうシンプルなチキン南蛮の2種類あるのが大きな特徴です。今回は、日向市の特産物であるへべす果汁を多めに使用し、香りをひきたたせた甘酢に揚げた鶏肉を漬けて作りました。また、延岡市では「チキン南蛮発祥の地」としての町おこしもしています。7(なん)月8(ばん)日はチキン南蛮の日として延岡市内の全学校給食でチキン南蛮を出しています。子どもたちにも地元のを大切にほしいと思いを込めて作っています。
八杯汁は、延岡藩主内藤家が福島県いわき市から延岡に転印された際に持ち込んだと言われています。かつては、お祝いごとや法事などにはどの家庭でも作られていたそうです。名前の由来は、「八杯も食べてしまうほどおいしいから」と言われています。宮崎県産しいたけと煮干しのだしがよく効いた延岡の郷土愛あふれる汁物です。

- ごはん
- へべすチキン南蛮
- 添えキャベツ ●八杯汁
- 冷凍みかん ●牛乳

東臼杵地区②

門川町立草川小学校 土井 美佳
宮崎県立日向ひまわり支援学校 糸田 美咲



「こなます」は日向市細島に伝わる郷土料理です。カツオ漁をしていた漁師たちが作っていた料理で、カツオのほぐし身をご飯に混ぜて、焼きおにぎりにしたものです。今回は、給食で活用できるように、ツナ缶を使い青豆を入れた混ぜごはんにしました。
「彩りとり南蛮」は、宮崎県産の食材を多く使って、彩りよく仕上げました。また、食欲がないときでも食べることでできるよう、甘酸っぱい味付けにしました。
「夏野菜のみそ汁」は、夏野菜をふんだんに使い、季節感のあるみそ汁に仕上げました。
「へべスカッシュフルーツポンチ」は、日向市の特産物である、へべすの果汁をたっぷり入れ、炭酸水と合わせることで、さわやかに仕上げました。

- こなます
- 彩りとり南蛮
- 夏野菜のみそ汁
- へべスカッシュフルーツポンチ
- 牛乳

西臼杵地区

高千穂町立高千穂中学校

長沼明日香
(献立作成)
富高 明子
坂本ともみ



高千穂の特産品であるしいたけ、きび、ブルーベリーを使った献立です。きびごはんとは、とうきびをひいたものをごはんに入れたもので、高千穂町の給食で出しているものです。生椎茸とナッツの揚げ煮は、しいたけが苦手な人でもケチャップとチリソースの味で食べやすい一品です。かにたまスープにはでんぷんを使って、卵がふわっとなるように工夫しています。高千穂町はブルーベリーを育てている方が多く、夏の時期には高千穂産のブルーベリーが出回ります。今回はフルーツヨーグルトに生のブルーベリーを入れました。

- きびごはん
- 生椎茸とカシューナッツの揚げ煮
- かにたまスープ
- 高千穂産ブルーベリー入り
フルーツヨーグルト ●牛乳

ひむか地産地消交流給食会

日之影町立宮水小学校

栄養教諭 河野あかり

10月8日に宮水小学校で宮崎県学校給食会主催のもと、県漁連、JA 宮崎経済連、(株)本吉の方々にご協力をいただき、「ひむか地産地消交流給食会」を行いました。

4時間目は、本校4年生と日之影町内の5年生を対象に「漁業」、「しいたけ」、「農業」、「学校給食」の4つのグループに分かれ、宮崎県の食材について学びました。生の魚や野菜、原木しいたけなどに子どもたちも興味津々で、メモをとりながら真剣に講師の方のお話を聞いていました。授業後には一緒に給食を食べ、

さらに交流を深めることができました。児童の感想では、「宮崎の野菜はすごいなと思った。」「農家の人が一生懸命育ててくれた食材を大切に食べたい。」など、様々な感想が聞かれました。昼休みは、全校児童が展示の見学をしたり、しいたけの駒打ち体験をしたりして、さらに食に関する興味・関心を高めることができました。

このような機会を作っていただいた宮崎県学校給食会をはじめ、関係者の方々に心より感謝申し上げます。本当にありがとうございました。



献立紹介



- 麦ご飯
- めひかりの南蛮漬け
- ココロこきゅうり
- 里いものとろろ汁
- ムース ●牛乳

材 料(1人分)

麦ご飯	煮干しだし…………… 3g
米…………… 72g	みりん…………… 1g
麦…………… 8g	うす口しょうゆ…………… 4.5g
ココロこきゅうり	食塩…………… 0.3g
きゅうり…………… 30g	水…………… 145g
ゆかり…………… 0.4g	めひかりの南蛮漬け
里いものとろろ汁	めひかり米粉つき…………… 50g
県産里いもペースト…………… 20g	揚げ油
木綿豆腐…………… 20g	赤ピーマン…………… 8g
にんじん…………… 10g	ピーマン…………… 7g
ごぼう…………… 8g	たまねぎ…………… 15g
干しいたけ…………… 1g	三温糖…………… 2.5g
ほうれん草…………… 10g	酢…………… 3.5g
ねぎ…………… 3g	うす口しょうゆ…………… 3.5g

作り方

- ココロこきゅうり**
①きゅうりはココロコに切ってボイルし、冷却する。
②ゆかりを和える。
- 里いものとろろ汁**
①煮干しでだしをとる。
②とうふはさいの目切り、にんじんはいちょう切り、ごぼうはささがき、しいたけは水に戻してうす切り、ねぎは小口切り、ほうれん草は3cmに切る。
③煮えにくい食材から順に入れ、里いもペースト、調味料を入れる。
④ほうれん草、ねぎを入れて仕上げる。
- めひかりの南蛮漬け**
①めひかりを油で揚げる。
②赤ピーマン、ピーマン、たまねぎを炒め、味を付ける。
③揚げためひかりを加えて和える。

第8回 学校給食フェア

令和元年10月19日(土)、宮崎市佐土原総合文化センターにおいて「第8回 学校給食フェア」を開催しました。今回は、「備えよう！災害時の食について」をテーマに掲げ、宮崎県学校栄養士会と共催で開催し、栄養教諭・学校栄養職員をはじめとする学校給食関係者97名の方に来場いただきました。

熊本県上益城郡山都町教育委員会 教育長 井手 文雄 氏を講師に迎え、「熊本地震は突然に！その時学校は・・・この経験を伝えたい 活かしたい～」という演題で、講演をしていただきました。

その後、県内外業者の方々の協力を得て、給食用物資の展示・試食、食育支援教材の展示・販売等を行いました。

今後も宮崎県学校栄養士会との連携を図り、学校給食のよりよい充実と向上に資するよう、役職員一同努力して参ります。

ご来場者の感想

- 講演の内容がとても興味深く、もっと聴いていたいと思いました。楽しくお話しされる中でも、ご苦労や困難を乗り越えるための工夫など多くのことを勉強させていただきました。
- 災害が起こった時、学校がどのような状態になるのか、また何ができるのかを講話を聴いて、詳しく知ることができました。
- 実際に災害が起こった時に、学校の職員として、どう動くべきか考えさせられる講演でよかったです。
- 災害に備えて、準備をしておくこと、協力体制(学校と地域との連携)を作っておくことが大切だと思いました。学校現場の他の教職員にも今日の講話の内容を伝えたいと思います。
- 防災の展示・試食がとても参考になりました。
- 業者の方の展示は、詳しいお話を聞けて、献立の参考になりました。
- いろんなところの物資をみることで、給食の幅が広がるなと感じました。新商品の味見ができてよかったです。
- 書籍も充実していて、よかったです。



講演



展示・試食



展示・試食



非常食の実演・試食



貸出検査器具等の紹介



食育支援教材の展示・販売

非常食の紹介

こんな時にも活用できます！

- 台風が来ることが予想されたため給食を中止したが、給食再開に向けて、材料の調達が難しい時
- 調理設備の故障などで調理が出来ない時
- 鍋をひっくり返してしまって、給食が足りなくなったなど

～備えあれば憂いなし～
自然災害の他にも、様々な不測の事態にも、非常食の提供が考えられます。



●救給カレー
150g×40袋入
250g×30袋入



●救給根菜汁
150g×40袋入



●救給コーンポタージュ
(玄米入り)
130g×40袋入



●救給五目ごはん
(もち玄米入り)
130g×40袋入
200g×30袋入

◇ 公益社団法人 全国学校栄養士協議会 開発 ◇ 公益財団法人 学校給食研究改善協会 認定
※本会で取扱いします。

- ・ 1ケース単位の注文になります。
- 「救給五目ごはん(もち玄米入り)」は、2020年1月6日より供給開始予定。(初回注文締切 2019年11月8日まで)
- ・ 完全受注発注 (リードタイム2ヶ月) です。
- ・ 防災訓練等でもご利用いただけます。(箱のサイズ：42cm×30.5cm×17cm)

令和元年度 第3学期分「学校給食用冷凍食品合同選定会」

合同選定会及び工場視察に参加して

都城市立山田小学校 栄養教諭 黒木英梨子

9月19日、20日と2日間の日程で工場視察及び合同選定会に参加しました。

1日目は福岡県みやま市にある株式会社武蔵野フーズを視察しました。この工場では、宮崎県学校給食会で新規物資となった学給うどんを製造しています。視察時は、中華麺、スパゲティ、うどんの製造が行われており、中華麺、うどんは小麦粉をこねる工程から見学することができました。作業着のチェックや手洗い等、しっかりとしたマニュアルを整備し衛生管理が徹底されていました。

2日目の合同選定会委員では、選定品の農薬・放射性物質検査についての説明があり、選定品の安全性を改めて確認することができました。42品目の物資について、味・原料配合・外観・普及性の観点から採点し、九州各県と意見を交換しながら選定を行いました。

ぜひ3学期に多くの学校で利用していただければと思います。

九州ブロック共通選定品

① いわし生姜煮

包装規格：(40g×10)×12
(50g×10)×12
銘柄等：津田商店



② ホキフライ(青さ入)

包装規格：(40g×100)
(50g×100)
銘柄等：福岡丸福水産



③ 中華風つくね(約5~7g)

包装規格：1kg×8(140~200コ)
銘柄等：マルイ食品



④ 春巻 Fe (米粉入り)

包装規格：(35g×10)×6
(50g×20)×3
銘柄等：ニチレイフーズ



⑤ チョコプリン(乳・卵不使用)

包装規格：40g×40
銘柄等：給材開発

給食会へようこそ

本会ホームページでも施設を紹介しています。

学校給食や本会の取組に対する理解を深めていただくために、学校給食関係者をはじめ一般市民の方を対象に、本会の施設見学等の受け入れをしています。家庭教育学級や職員研修等でご利用ください。

(お問合せ 総務課まで)



大淀小学校
家庭教育学級の皆さん
(8月9日)

令和元年度 第1回 学校給食用パン品質審査会



学校給食用パンに対する理解を深めるため、栄養教諭の参加を得て、県内9委託加工工場のコッペパンの審査を行いました。(年3回実施)今回は、(株)きりしまベーカリー 代表取締役社長 清島 一昭 氏に製パン理論や製造時のチェック項目などについて講話をしていただき、加工工場の実態把握やパンの特質及び製造過程の理解を深めることができる機会となりました。今後ともより良いパンの供給と各学校の食育支援に役立てられるよう努めています。

(令和元年7月18日実施)

※審査結果は、本会ホームページの行事報告でお知らせしております。

衛生管理サポート事業

7月24日(水)、26日(金)の2日間、本会で衛生管理サポート事業を行い、栄養教諭・学校栄養職員・調理員及び学校給食関係者の方々、16名に参加いただきました。

本会検査技師による「職場の衛生管理のための簡易検査方法と判定の仕方について」の講話の後、フードスタンプ・ATPIによる検査方法の習得(実技・評価等)を行いました。また、学校給食会で取り扱っている物資の安全性や検査室についても知っていただく機会となりました。

※貸出検査器具については、本会ホームページをご覧ください。

参加者の感想

- ・実際に検査をやってみることで、さらに理解を深めることができました。
- ・施設での衛生管理の望ましい方法についても教えていただき勉強になりました。
- ・取り扱っている物資の安全性も理解でき、これからも安心して子どもたちに給食を提供できます。



お知らせ

◇本会職員人事異動 (8月1日付)

新 物流課 倉庫管理係(常温) 係長 日高 康行

旧 物流課 倉庫管理係(冷凍)

新 物流課 倉庫管理係(冷凍) 日高 浩二(臨時職員)

旧 物流課 倉庫管理係(常温)

編集後記



- 本紙に快くご寄稿いただいた皆様、ご多用の中でのご理解とご協力に感謝申し上げます。
- 宮崎市立久峰中学校の2年生3名が職場体験(6/19~6/21)に来ました。今後の進路学習や将来の職業選択に役立てていただければ幸いです。