

# 11月 給食だより

令和4年11月号  
桜川市学校給食センター



空はさわやかに澄み渡り、少しずつ木々が色づき始め、だんだんと秋が深まってきました。  
秋といえば、食欲の秋、芸術の秋、スポーツの秋、実りの秋と、楽しいことが目白押しです。楽しく元気に過ごすためにも、体調を整え、バランスの良い食事で栄養をとることを意識しましょう。

## 感謝を込めていただきます！ごちそうさま！

私たちの食生活をはじめ、学校給食は、食材を育てている人・献立を立てる人・調理をする人・食材を運んでくれる人など、たくさんの人々の努力があって、みなさんの元に届いています。  
食事の時は、感謝の気持ちを忘れず、できるだけ残さず食べましょう。



## 11月21日～25日は地産地消ウィーク

「地産地消」とは、地域で生産された食材を、地域で消費する取り組みのことです。生産者との距離の近さから、新鮮な食材を入手しやすいこと、地域の活性化に繋がるなど、さまざまな効果が期待できます。

学校給食は、茨城県や桜川市でとれた食材をたくさん使用しています。地産地消ウィーク期間中は、動画や栄養メモを通じて食育指導を行う予定です。

地産地消を通じ、地場産物への興味や理解を深める機会にしましょう。

☆茨城県の農業産出額  
全国第3位☆(令和2年)

豊かな自然のなかで、  
たくさんの農作物が育てられています。

< 全国第1位の農産物 >

鶏卵、かんしょ(さつまいも)、メロン、  
れんこん、ピーマン、ほしいも、水菜、  
小松菜、チンゲン菜、くり、セリ



## 給食ができるまで

### ①栄養士が献立を立てる

毎月のテーマに沿って、  
栄養価・食品構成・季節  
感・郷土料理・作業工程  
などを考慮して作成します。



### ②食材が届く

さまざまな食材が給食セ  
ンターに届きます。品質や温  
度の確認など、しっかりと検  
品・検収を行っています。



### ③野菜を4回洗う

納品された野菜は、専用の  
部屋で処理した後、4層の  
シンクで丁寧に洗います。



### ④食材を切る

野菜は専用の機械で  
切ります。豆腐やこんにゃ  
く、小松菜など、機械で  
切ることが難しい食材は、  
手切りしています。



### ⑤調理をする

26人の調理員で、みなさんの給食を作っています。1人1人、  
その日の担当する作業が決まっています。安心安全でおいしい  
給食を提供できるよう、力を合わせて作っています。

調理を終えたら、  
温度を測定します。



### 汁物

1釜約800人分  
を4つの釜で調理  
しています。汁物は  
塩分計を用いて、適  
塩であるか確認して  
います。



### 揚げ物

大人気のからあげや揚げパンなど  
は、専用のフライヤー  
を使っています。  
食材がベルトコンベアで  
流れていきます。



### 焼き物・蒸し物

ハンバーグや魚な  
どは、スチームコンベクション  
オーブンを使い、熱風  
や蒸気ので加熱  
しています。



### 配缶

調理が終わった  
釜から配缶してい  
きます。大きなひしゃく  
を使い、具材が偏ら  
ないように気を付け  
て分けています。



### ⑥コンテナへ積み込み、各学校へ配送する

学校ごとのコンテナに、食缶・食器を入れ、複数  
回確認を行います。食物アレルギー対応食も、  
一緒に入ります。  
続いて、配送員が専用の配送車へ積み込みます。  
1台の配送車に4つのコンテナを乗せます。

桜川市内の学校へ届けます。

