

小学校給食の献立を立てていた
市の栄養士が献立作成

生徒を支える
栄養バランスとなるように
文部科学省 学校給食摂取基準に
基づいて考えます

中学校給食ができるまで

調理開始前のおやくろく!
身だしなみ確認
手洗い



楽しく食べて
学べるように

たくさんの
生徒が笑顔になって
くれますように...
心を込めて考えます

国産食材、旬の食材、
地元の食材を活かして...
良質な食材を選んでいます



製造会議



この火加減がポイントだね
こう調理すれば、おいしくできるよ
新メニューなので、特に気を付けてください

市の栄養士が調理業者と、食材や調理方法などについて、事前に話し合います。

注文受付

食材発注

食材チェック



届いた食材は品質をチェックします。

毎日体調チェックと入念な手洗いは欠かせません!



髪の毛や糸くずが入らないよう、コロコロローラーがけと、お互いの服装チェック!

調理



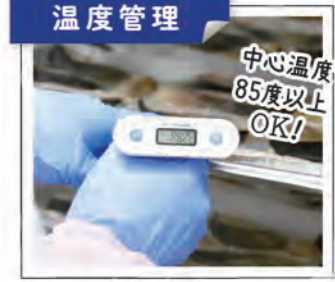
焼く 専用オープンでこんがり



揚げる 一つひとつ衣をつけて



炒める 大型回転釜で調理



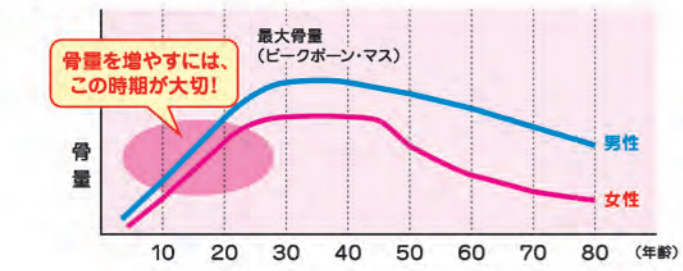
温度管理 中心まで加熱確認 中心温度85度以上OK!

給食column

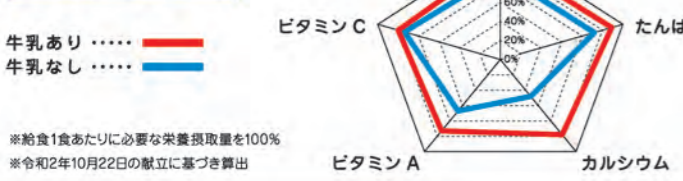
牛乳のなぜ? 給食にはなぜ牛乳が付くのですか?

10代の成長期は、骨をつくる働きが最も活発な時期(下表)。この時期にしっかりカルシウムをとり、丈夫な骨を作ることが将来の骨粗しょう症予防につながります。必要なカルシウム量は、中学生の時期が生涯で最も多くなります。毎日牛乳を飲むことで不足しがちなカルシウムを補うことができます。

加齢による骨量の変化



給食における栄養摂取量の違い



丈夫な骨を作るには、適度な運動と十分な睡眠も大切です



横浜市食育マスコットキャラクター バランスイーナ

仕上げ



食中毒の原因となる細菌が繁殖しやすい30℃~40℃にならないよう、加熱したおかずは19℃まで冷まします。
※ごはんや汁物は、蓄熱材を使い、温かいまま運びます。

盛り付け



すばやく丁寧に盛り付けます。最後は金属探知機を通します。

安全運転で!

積み込み・配送



学校到着・配膳



昼食準備時間に受け取り

給食を通して、食について幅広く学べるたよりの発行

「はくばくだより」
10月1日(本) 十五夜

十五夜は旧暦の8月15日を指し、すすきや団子を供え、月をまつる風習があります。秋の真ん中(中秋)であることから「中秋の名月」とも呼ばれます。山形県では銀葉を用いた収穫祭や地域交流の場として屋外で大きな輪を描く「芋葉会」が300年前より行われ、郷土料理として根付いています。今夜はきれいに月が見えるといいですね。

今日の献立 (エネルギー885kcal たんぱく質42.2g)

- ◆主食...ごはん
- ◆主菜...鶏の塩焼き
- ◆副菜...手巻 干辛少しと小松菜の味噌湯和え
- ◆汁物...いんげんのソテー
- ◆デザート...豆沙餡子

3:1:2弁当法で学べる



いただきます!



食育の「生きた教材」となる給食