

特集

牛久の給食 大解剖

子どもたちの大好きな学校の給食。牛久市では全ての公立小中学校・義務教育学校で自校式給食(それぞれの学校の給食室で給食を作る)を実施しています。これは、子どもたちに地元の食材を使い、安全で温かくて、何より美味しい給食を食べてもらいたいという思いを込めたものでした。今回は牛久の美味しい給食、そのヒミツを大解剖します。

問 学校教育課 ☎内線3321、3322



《トウモロコシ》

牛久産トウモロコシの給食当日の朝に奥野さくらふれあい保育園の子どもたちが皮むき体験をしたもの。



《コールスロー》

牛久市営青果市場を通して納入された牛久産の野菜

7月4日
「牛久の日」
給食
in おくの義務教育学校
北校舎

- ＝メニュー＝
- ☆ごはん
 - ☆牛乳(茨城県産)
 - ☆牛久の豚肉と夏野菜のカレー
 - ☆ゆでとうもろこし
 - ☆コールスローサラダ



《ごはん》
牛久産コシヒカリ



《牛乳》
茨城県産

《カレー》
市内養豚業者の豚肉使用
すべて牛久産野菜



☆牛久の日給食とは…牛久産の食材をふんだんに取り入れた給食の日で、牛乳と調味料以外は牛久産。地産地消と食育のため年3回実施しています。



私が解説
します!

牛久南中学校
稲垣智子栄養教諭

インタビュー 《牛久南中学校》 稲垣智子 栄養教諭

6人の調理員とともに牛久南中学校の生徒と職員合わせて430人の胃袋を支える栄養教諭。学校にいるからこそ提供できる給食について伺いました。

■献立作りは3カ月前から

給食の献立作りは3カ月前から始まり、小学校と中学校のグループに分かれて栄養教諭と栄養士が集まり基本献立を作成しています。これは献立を共通にすることで、栄養価の整った給食を市内で偏りなく提供するためです。基本献立で食材やメニューは統一しますが、各校の児童・生徒の状況に合わせて対応しています。さらに、学校ごとの特別メニューも提供されます。

■味付けや切り方を日々研究

生徒たちの食の好みを研究する毎日です。給食の時間に各クラスを見回ったり、残食を確認して反省点を次回に活かしています。味付けや、野菜の切り方、彩りでも子どもたちの箸の進みが変わるんです。ジャガイモやキャベツは野菜調理器を使用せず手で切った方が形が揃い食感も良くなるので、調理員の皆さんにはがんばって切ってもらっています。あと、ニンジン(大事(笑))! 彩りがぐつと良くなるのでほぼ毎日給食に取り入れています。





美味しい給食のヒミツ

① 自校式給食

市内全ての公立小中学校・義務教育学校で自校式給食を実施。できたての温かい給食を食べることができます。※公立幼稚園・社協保育園では隣接した小中学校で調理した給食を提供しています。

● **ご飯も**…平成21年からは自校炊飯を開始し、現在では7校で実施しています。牛久産コシヒカリ100%のお米を給食室で炊飯し、各クラスで炊きたてのご飯を児童・生徒が飯碗に盛り分けて食べる食育を実施しています。



● **災害時の活用**…各学校は災害時の避難場所になっており、災害時は給食室で避難者に温かいご飯を提供できるような施設としての役割も担っています。

② 地産地消

お米は牛久市産コシヒカリ、麺も牛久市産小麦を使用。豚肉・鶏肉・季節の野菜もできるかぎり牛久市産の食材を使っています。牛久市で生産されていない食材は県内産を中心に使用しています。地産地消にこだわり、児童・生徒が安心して口にできるものを提供しています。

● **牛久の日給食**…平成18年から市内農家さんの協力のもと、食育を目的とした「牛久の日給食」が開始されました。「顔の見える牛久産農産物」を児童・生徒に伝えるために、牛久産農産物の状況に応じて工夫して献立をつくって提供しています。



③ すべての学校に栄養教諭または栄養士を配置

牛久市ではすべての公立小中学校・義務教育学校に栄養教諭または栄養士を配置しています。食育・栄養指導を行ったり、児童・生徒のリクエストを献立に取り入れるなど、身近な存在として児童・生徒の健康を支えています。食物アレルギーにもきめ細やかな配慮をしており、安心して美味しい給食が食べられます。

← 次ページは給食のレシピコーナー。今回は牛久第三中学校のメニューです。こちらも要チェック!

おうちでも作ってみよう! 子どもたちが毎日食べている美味しい給食。市ホームページでレシピを公開しています。おうちで話題になったメニューが掲載されているかも。



牛久南中給食人気トップ③

※令和4年度2年生調べ(2年生にアンケートを取り、次の年度卒業生になった生徒のために献立に反映させています)。

1位 ●揚げパン (きなこ・ココア) ……23票



2位 ●いもまん! ●鶏の唐揚げ ……各14票



3位 ●オーシャンサラダ ……5票



※カニカマと中華クラゲが入った中華風サラダ

農家さんに感謝

市営青果市場が協力して、市内農家さんが給食に合わせて作付けし、収穫してくださることもあります。今回の牛久の日のトウモロコシは朝採りの新鮮なものです。そのほか、牛久市産メロンは生産者が収穫後追熟して一番おいしい状態で給食に提供されるように調整してくれています。本当に美味しいんですよ。こういう取り組みは牛久の給食ならではの楽しみです。

楽しい給食を

食育としては、授業で生徒が考えた献立を実際に給食で出すということもしています。そのクラスではよく食べてくれたりして反応がダイレクトでうれしいです。また、給食中に放送で「今日の給食「ロメロ」を読んでもらっています。黙食が続いたときは特によく聞いてくれました。どんなときでも給食は楽しい時間であってほしいです。

