

No.128

令和4年3月23日

編集・発行

公益財団法人

佐賀県学校給食会

佐賀市卸本町5-44

☎(0952) 31-2121

# 佐賀県

# 学校給食だより



- 2 給食週間の取り組みについて (佐賀市立東与賀小学校 栄養教諭 鬼塚 理絵)
- 3~7 令和3年度(第49回)学校給食献立調理発表会
- 8 検査室だより

# 給食週間の取り組みについて

佐賀市立東与賀小学校 栄養教諭 鬼塚 理絵



明治22年代



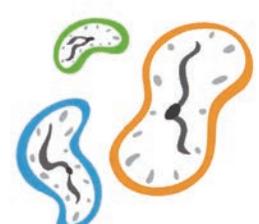
昭和30年代



大正時代



昭和40年代



## 《明治22年》

- ・ごはん
- ・牛乳
- ・塩鮭
- ・漬物
- ・具たくさん味噌汁



## 《大正時代》

- ・五色ごはん
- ・牛乳
- ・栄養味噌汁
- ・ヨーグルト



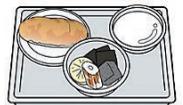
## 《昭和30年代》

- ・コッペパン、ジャム
- ・牛乳
- ・鯨の竜田揚げ
- ・そえ野菜
- ・白菜のスープ



## 《昭和40年代》

- ・揚げパン
- ・牛乳
- ・おでん
- ・みかん



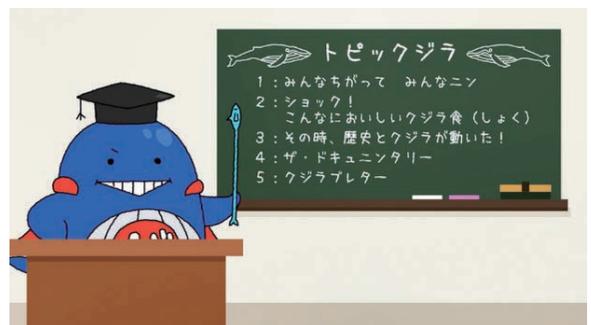
※コロナ禍で明治22年のおにぎりをごはんに変えたり、栄養面からその他の年代も1品追加したりしています。

東与賀小学校では、1月24日から1月30日の全国学校給食週間に、昔の給食を再現した『タイムスリップ給食』を提供しています。

現在、生まれた時から“食べられずに困る”という経験をしたことがない子がほとんどです。給食の歴史を知らせると同時に、子どもたちには毎日食べられるのは当たり前ではないことに気付いてほしいと思っています。中でも、一番反響が大きかったのは昭和30年代の給食です。献立表を見て、子供だけでなく先生方からも「鯨って、本物の鯨の肉？」と聞かれることが多かったです。当日、子供たちは初めての食品に戸惑いながらも完食し、先生方からは「懐かしい」という声もかけていただきました。鯨の提供に合わせて、動画資料を貸していただいたので、給食の時間に利用し

ました。コロナ禍で黙食になるなど、給食時間に各教室を回っての指導がしにくくなった半面、オンラインでの一斉指導ができるようになりました。

今後も、子供たちが楽しく食べながら食について学び、給食についての理解を深められるよう工夫していきたいと思っています。



## 令和3年度（第49回）学校給食献立調理発表会 （コンクール）について

令和3年度（第49回）学校給食献立調理発表会（コンクール）を佐賀県教育委員会、佐賀県学校栄養士会の後援をいただき書面での審査を実施いたしました。

「学校給食の献立調理について、日頃実践していることを発表し、学校給食関係者の資質向上、日本型食生活、地場産物の活用と普及、推進を目指し、学校給食における食育の推進を図り、食事内容の充実、食文化について理解を深めることを目的とする」を趣旨として、課題部門 7チーム、自由部門 6チームから実際に学校給食に提供されたことがある献立の出品がありました。

学識経験者、佐賀県教育委員会、佐賀県PTA連合会、佐賀県学校栄養士会、調理献立委員会の代表で構成された7名の審査員の方々から審査基準に基づき、盛り付けの美しさとともに、学校給食摂取基準を満たしているか、食育の視点や衛生管理への配慮も審査の過程で重視され厳正なる審査の結果、課題部門、自由部門毎に、「最優秀賞」、「優秀賞」、「優良賞」が決定



審査会の様子

いたしました。

審査員から「食育活動と連携がなされている」「県産品活用が豊富」「子供たちの苦手な食材を食べやすくする工夫がなされている」等の詳細な講評があり、各献立とも高評価でした。

### 審査委員

所 属	職 名	氏 名
佐賀県杵藤保健福祉事務所	係 長	友 清 雅 子
佐賀県教育庁保健体育課	指 導 主 事	林 佳代子
佐賀県PTA連合会	母 親 委 員 長	山 口 まき子
佐賀県学校栄養士会	理 事 長	田 中 恵
小城市立 牛津小学校	調 理 員	江 口 桂 子
佐賀市中部学校給食センター	所 長	藤 田 要
武雄市立 川登中学校	栄 養 教 諭	森 真由美

# 課題（県産品活用）入賞献立

## 最優秀賞

有田町立 有田中部小学校 栄養教諭  
古川恵美子



### 【献立】

- 伊万里産もち麦入りごはん ●牛乳 ●れんこんの肉はさみ揚げ ●ほうれんそうの佐賀のり和え
- 戸矢かぶと冬野菜のまるやかみそ汁 ●有田産みかん

## 優秀賞

小城市立 砥川小学校  
栄養教諭  
北川美千代



### 【献立】

- ごはん ●牛乳 ●諸石さんちのレンコンのはさみ揚げ
- 小城の野菜のかりかり豆サラダ ●まごわやさしいみそ汁

## 優良賞

唐津市立 西唐津小学校  
栄養教諭  
前田 和子



### 【献立】

- 唐津産鯛めし ●牛乳 ●千草焼き
- 春菊と蓮根のツナマヨ和え ●豚汁

### 出品献立

学校名	氏名	献立名
鳥栖市学校給食センター	齋藤かおり	・とりこどん・牛乳・れんこんと厚揚げの味噌汁・果物（みかん）
佐賀市立 嘉瀬小学校	川内 紗智	・ごはん・牛乳・和風グラタン・豆腐のすまし汁・手作りひじきふりかけ ・佐賀みかんゼリー
武雄市立 若木小学校	奥 由里子	・ごはん・牛乳・ペンネグラタン・じゃこサラダ・ふわふわ卵スープ
佐賀県立 唐津商業高等学校	池田 雅美	・麦ごはん・牛乳・さといもコロケ・れんこんのきんぴら・野菜スープ

# 自由（創作料理）入賞献立

## 最優秀賞

唐津市立 鬼塚小学校 栄養教諭  
佐々木えりか



### 【献立】

- 栗とひらたけの炊き込みごはん
- 牛乳
- 唐津産あじの竜田揚げ
- ゆずの香りしめじ
- のっぺい汁



## 優秀賞

上峰町立 上峰小学校  
栄養教諭  
酒井佐和子

### 【献立】

- 玄米ごはん
- 牛乳
- 豆腐の田楽焼き
- 鶏肉とピーマンの中華炒め
- 豆乳入り味噌汁



## 優良賞

鹿島市立学校給食センター  
学校栄養職員  
野口 朱音

### 【献立】

- 麦ごはん
- 牛乳
- さつまいもときのこのカレー
- 豆まめサラダ
- 福神漬け

### 出品献立

学校名	氏名	献立名
佐賀市立 金立小学校	松永 沙知	・ハイジトースト・牛乳・佐賀れんこんのカレーソテー ・ピュンドナーゲルシュッテンズッペ・佐賀みかん
白石町立 福富小学校	田中 祐子	・御飯・牛乳・手作りぎょうりゃく・白菜巻き・切干大根スープ・ミニトマト
佐賀県立 有田工業高等学校	池田 和美	・もち麦ごはん・牛乳・豚肉のねぎみそ焼き・ブロッコリーとりのりの和え物 ・じゃがいもの大豆そぼろ煮・切干大根のすまし汁・りんご

## ● 課題部門（県産品活用） 献立

### 最優秀賞

有田町立 有田中部小学校  
 栄養教諭 古川恵美子



#### 献立名

- 伊万里産もち麦入りごはん
- 牛乳
- れんこんの肉はさみ揚げ
- ほうれんそうの佐賀のり和え
- 戸矢かぶと冬野菜のまるやかみそ汁
- 有田産みかん

#### 材料

##### 伊万里産もち麦入りごはん

・精白米	70.00 g
・強化米	0.21 g
・もち麦	5.00 g
・黒米	1.00 g

##### 牛乳

・牛乳	206.00 g
-----	----------

##### れんこんの肉はさみ揚げ

・豚ひき肉	20.00 g
・パン粉	2.00 g
・牛乳	2.00 g
・卵（全卵）	4.00 g
・塩	0.10 g
・こしょう	0.01 g
・れんこん	30.00 g
・薄力粉	4.00 g
・卵（全卵）	4.00 g
・パン粉	8.00 g
・揚げ油	4.00 g
・トマトケチャップ	5.00 g
・ウスターソース	2.00 g

##### ほうれんそうの佐賀のり和え

・ほうれんそう	30.00 g
・切干大根	3.00 g
・にんじん	3.00 g
・三温糖	0.30 g
・濃い口しょうゆ	1.80 g
・きざみのり	1.00 g

##### 戸矢かぶと冬野菜のまるやかみそ汁

・生揚げ	20.00 g
・戸矢かぶ	20.00 g
・里芋	15.00 g
・白菜	15.00 g
・小松菜	10.00 g
・豆乳	10.00 g
・米味噌	5.00 g
・麦みそ	5.00 g
・水	110.00 g
・煮干し	3.00 g
・だし昆布	1.00 g

##### 有田産みかん

・みかん	80.00 g
------	---------

#### 栄養価

エネルギー	673 kcal	ビタミンA	343 μgRAE
たんぱく質	24.9 g	ビタミンB1	0.74 mg
脂質	20.6 g	ビタミンB2	0.55 mg
カルシウム	392 mg	ビタミンC	68 mg
マグネシウム	118 mg	食物繊維	6.8 g
鉄	3.8 mg	食塩相当量	2.0 g
亜鉛	3.2 mg		

#### 調理方法

##### 献立1 伊万里産もち麦入りごはん

- ①精白米、もち麦を洗米する。
- ②強化米を加え炊飯する。

##### 献立2 牛乳

- ①納入後は、専用冷蔵庫で保管する。（5℃以下）

##### 献立3 れんこんの肉はさみ揚げ

- ①れんこんの皮をむき、一人2枚どりになるように輪切りに切る。
- ②豚ひき肉、卵、牛乳、パン粉、塩コショウを混ぜ合わせてよくこねて種をつくる。
- ③うすく小麦粉をまぶしたれんこんに肉種をはさむ。
- ④小麦粉を卵水で溶いた衣を③にからませ、パン粉をまぶす。
- ⑤油で揚げる。

##### 献立4 ほうれんそうの佐賀のり和え

- ①切り干し大根はぬるま湯で戻した後、丁寧に洗浄し、3cm長さに切る。
- ②ほうれんそうは根を落とし、丁寧に洗浄して3cm幅に切る。にんじんは、千切りに切る。
- ③野菜類は全て、加熱、冷却し水気を絞る。
- ④野菜類をよく混ぜ合わせ、調味液とのりで和える。

##### 献立5 戸矢かぶと冬野菜のまるやかみそ汁

- ①煮干しと昆布でだしをとる。
- ②戸矢かぶは、皮をむかず1センチ幅のいちょう切り。
- ③白菜は、短冊切り。さつまいもはいちょう切り。小松菜は、短冊切りにして、ゆがいておく。
- ④厚揚げは、油抜きをして、さいの目に切る。
- ⑤だしで、小松菜以外の野菜を煮る。
- ⑥豆乳と味噌を加え調味し、小松菜を加える。

##### 献立6 有田産みかん

- ①みかんは流水で3回洗浄し、水気を切る。

## ● 自由部門（創作料理） 献立

最優秀賞

唐津市立 鬼塚小学校

栄養教諭 佐々木えりか

### 献立名

- 栗とひらたけの炊き込みごはん
- 牛乳
- 唐津産あじの竜田揚げ
- ゆずの香り والع
- のっぺい汁

### 材 料

#### 栗とひらたけの炊き込みごはん

・精白米	73.00 g
・強化米	0.20 g
・鶏もも肉	10.00 g
・ひらたけ	12.00 g
・蒸し栗	12.00 g
・ちりめんじゃこ	0.70 g
・にんじん	3.00 g
・うすくちしょうゆ	2.00 g
・食塩	0.26 g
・清酒	1.00 g
・昆布	1.30 g

#### 牛乳

・牛乳	206.00 g
-----	----------

#### 唐津産あじの竜田揚げ

・まあじ	40.00 g
・しょうが	0.40 g
・こいくちしょうゆ	2.40 g
・本みりん	1.50 g
・酒	1.60 g
・じゃがいもでん粉	6.00 g
・油	3.00 g

#### ゆずの香り والع

・はくさい	17.00 g
・かぶ	17.00 g

・こまつな	20.00 g
・ゆず	2.30 g
・うすくちしょうゆ	1.50 g
・酢	1.00 g
・上白糖	0.50 g
・本みりん	0.50 g

#### のっぺい汁

・鶏もも肉	10.00 g
・生揚げ	22.00 g
・むきさといも	12.00 g
・にんじん	10.00 g
・だいこん	20.00 g
・ごぼう	10.00 g
・板こんにゃく	5.00 g
・葉ねぎ	3.00 g
・乾しいたけ	1.00 g
・油	1.00 g
・こいくちしょうゆ	1.00 g
・本みりん	1.50 g
・うすくちしょうゆ	1.50 g
・食塩	0.10 g
・じゃがいもでん粉	1.50 g
・昆布	0.80 g
・かつお削り節/水100	0.80 g

### 栄養価

エネルギー	643 kcal	ビタミンA	238 μgRAE
たんぱく質	28.2 g	ビタミンB1	0.59 mg
脂 質	17.9g	ビタミンB2	0.53 mg
カルシウム	385 mg	ビタミンC	25 mg
マグネシウム	98mg	食物繊維	4.9 g
鉄	2.8mg	食塩相当量	2.1 g
亜 鉛	3.1 mg		



### 調理方法

#### 献立1 栗とひらたけの炊き込みごはん

ごはんは自校炊飯。釜で炊く。

- ①洗米し30分間浸水させる。
- ②鶏肉や野菜類を炒め、出し汁を入れ加熱させ調味し、沸騰したら米を加えて混ぜる。
- ③蓋をし、強火にして沸騰したら弱火にし約15分ほど炊く。

#### 献立2 牛乳

業者から納入、冷蔵庫にて保管。

#### 献立3 唐津産あじの竜田揚げ

- ①しょうがはおろす。
- ②あじ（解凍）を納品後に下味をつけておく。
- ③片栗粉をしっかりとつけて色よく揚げる。

#### 献立4 ゆずの香り والع

- ①ゆずは5倍酢を使用し流水後皮を薄く切り千切りにする。
- ②調味液は加熱して冷やす。ゆずのしぼり汁も別に冷蔵庫保管。
- ③白菜、小松菜は1cm幅で千切りに、かぶはいちょう切りにして、それぞれを茹でて水冷し冷却しておく。
- ③水気を切った材料を調味液・ゆずの皮・絞り汁で和える。

#### 献立5 のっぺい汁

- ①だしをとる。昆布は前日から水につけて冷蔵庫保管。
- ②大根・人参・里芋はいちょう切り、こんにゃくは一口大にする。
- ③ごぼうは縦1/2通して0.5cm幅で切る。
- ④厚揚げはさいの目に切る。ねぎは小口切りにする。
- ⑥油を熱して鶏肉を入れ野菜を加え炒めて香りを出す。出し汁を加え火が通ったら、厚揚げを入れ調味し、ねぎを入れて味を調える。



## 検査室だより

令和4年度第1学期分冷凍食品予約調理加工品については、本来物資選定委員会を開催し学校給食用重点品目を7選定しておりますが、前年度に引き続き新型コロナウイルス感染防止のため会議の開催を自粛しております。

今回は、出品予定品目について物資選定委員（栄養教諭・学校栄養職員）の方々に試食・採点していただき

このことを踏まえ、九州学校給食会で協議し、推奨品（5品）、他に本県で評価の高い物資から新規品目（2品）、給食会取扱品目の中から利用率の高い既存品（11品）を併せて、需要量を取りまとめ、予約制にて供給することにしております。

予約制により一括購入することで、安全面のチェック（細菌検査、残留農薬検査、放射能検査等）を実施し、経済効果を図り、安定供給ができております。

### 既存品

焼売（肉）Fe&ファイバー 18g

春巻Fe（米粉入り） 35g・50g  
 きびなごのカリカリフライ 約10g  
 さば味噌煮 50g・70g  
 ミニ絹厚あげ 1kg  
 絹厚あげ 1kg  
 国産キャベツのメンチカツ 40g・50g  
 国産鶏のてりやきパティ 48g・60g  
 ロースハムタンザク 500g  
 学給用スティックベーコン 500g  
 フルーツムース 40g  
 フレッシュパインアップル 40g

### 九州地区統一規格品

スクールハンバーグ【乳・卵抜き】 60g  
 煮込用スクールハンバーグ（焼目付）【乳・卵抜き】 60g  
 スクールミートボール【乳・卵抜き】 1kg

### 佐賀県学校給食会自主規格品

冷凍さがみかんゼリー 50g  
 うれしの茶ムース 40g  
 冷凍みかん 秀Mサイズ



### 推奨品



いわし梅煮 40g・50g（津田）

食塩相当量を「1.7g→1.1g（100g中）」まで下げ、ほのかに香る紫蘇と梅肉の風味が美味しい一品です。高压処理しておりますので、骨まで柔らかく食べていただけます。（10個入り真空包装）



ホキ天玉揚げ（青さ入）40g・50g（福岡丸福水産）

ニュージーランド産の鮮度の良いホキを使用しています。原料を全解凍せず半解凍（-3℃～5℃）で切身にし衣を付けていますので、ワンフロースンに近い品質で製造しています。水分を多く含んだホキの身は柔らかく、衣には天玉を砕いた物を使用しサクサクとした歯ごたえのある食感をだしてあり、青さ海苔の風味が香る商品です。



国産ミートハンバーグCa&Fe 40g・60g・80g（ニチレイ）

着色料・香料・化学調味料を使用しておりません。豚肉・鶏肉・たまねぎの主原料に関して国産原料を使用しております。ハンバーグは両面焼き製法にて肉汁を閉じ込め、蒸し焼き製法にてふっくらやわらかく仕上げました。焼き条件を見直し、見た目においしく、豚脂を加え更にジューシーにしております。お子様に不足しがちなカルシウム、鉄分と食物繊維を添加しました。



魚そうめん 500g（トクスイ）



いとよりのすり身を麺にしました。淡泊な味でクセがなく、時間が経過しても普通の「そうめん」のように伸びません。汁物や和え物等の料理素材としてご使用いただけます。麺の長さを配膳しやすい約7cmにカットしております。



アセロラゼリー（Fiber&Fe）40 40g（ニチレイ）



レモン果汁の約34倍のビタミンCが含まれるアセロラの果汁を使用したゼリーに食物繊維と鉄分を加えました。

1カップ：鉄分約3mg、食物繊維約3g、ビタミンC約100mg

※カップ・フタ・スプーン：紙

### 新規品目



カレークノーデル 50g・60g（十勝冷凍）

北海道産タマネギと国産豚肉を使用したお子様にも食べやすいマイルドなカレーを、北海道産のポテトで包んだ二層仕立てのコロッケです。



荔枝ゼリー 40g（ニチレイ）



荔枝のさわやかな果汁を使用したゼリーです。甘さを控えめに仕上げました。お弁当、給食のサイズに合わせた薄型タイプです。

※カップ、フタ：プラスチック、スプーン：紙

## （公財）佐賀県学校給食会人事異動（令和4年4月1日付）

事務局長兼総務課長

中 島 久美子

事務局次長兼渉外課長

野 中 浩

物資課長兼物資係長兼管理輸送係長

大 石 忍

総務課企画・庶務係長兼経理係長兼物資課主査

古 谷 隆