

平成28年度 学校給食献立調理発表会

( 課題 ・ **自由** 部門 )

地区名 県立

学校又は共同調理場  
出場者・職名・氏名

佐賀県立伊万里商業高等学校  
副主任学校栄養職員 鳥谷 美穂

調理法 大量調理に あたっての コツなど	献立1 (ごはん) ①米は、洗米し浸水する。 ②炊飯する	衛生上の 留意点	献立1 (ごはん) ・洗米時に異物の混入がないか確認する。 ・炊き上がりの中心温度の確認と記録をする。
	献立2 (牛乳) ①専用冷蔵庫に保管する。		献立2 (牛乳) ・検収時、温度・ロット番号・消費期限を確認し記録する。
	献立3 (れんこんハンバーグ) ①れんこんは半分すりおろし、半分は粗みじん切りにする。 たまねぎ・にんじんはみじん切りにする。 ②A以外の材料をよく混ぜ合わせる。 ③Aは加熱しておく。 ④ハンバーグをオーブンで焼く。 ⑤オーブンで焼いたハンバーグにAをかける。		献立3 (れんこんハンバーグ) ・肉は納品時、鮮度・温度を確認し記録する。 専用容器に入れ、専用冷蔵庫で保管する。 ・卵は1個ずつ割卵し、殻の処理、器具の洗浄消毒をきちんと行う。 ・出来上がりの中心温度の確認と記録をする。 ・配食時は専用白衣と使い捨て手袋を使用する。
	献立4 (じゃがいもきんぴら) ①じゃがいもはせん切りし、水にさらす。 赤ピーマンはせん切りする。 ②ブロッコリーは小房に分け、下茹でする。 ③油を熱し、じゃがいもを炒める。 ④ブロッコリー・ピーマンを入れ、調味し仕上げる。		献立4 (じゃがいもきんぴら) ・野菜は流水で3回洗浄する。 ・出来上がりの中心温度の確認と記録をする。 ・配食時は二次汚染に注意し、専用白衣と使い捨て手袋を使用する。
	献立5 (ひじきのごまマヨネーズ和え) ①干しひじきは水で戻し、三温糖・しょうゆで煮て下味をつけ冷ます。 ②こまつなは3cm長さ、にんじんはせん切りにする。 ③野菜は加熱し冷却する。 ④材料をごまとマヨネーズで和える。		献立5 (ひじきのごまマヨネーズ和え) ・野菜は流水で3回洗浄する。 ・加熱、冷却、出来上がりの温度を確認し記録する。 ・加熱後の食材の取り扱いに注意する。 ・和える時は、手洗いをしっかり行い、使い捨て手袋、専用白衣をし、配食直前に和える。
	献立6 (豆乳入り豚汁) ①こんにゃくは手でちぎり、下茹でする。 ②たまねぎは薄切り、白菜は1cm幅、 こねぎは小口切り、豆腐はさいの目切りにする。 ③かつお節でだしをとり、材料を入れて煮る。 ④火が通ったらみそを溶き入れ、豆乳とこねぎを入れて仕上げる。		献立6 (豆乳入り豚汁) ・野菜は流水で3回洗浄する。 ・肉は納品時、鮮度・温度を確認し記録する。 専用容器に入れ、専用冷蔵庫で保管する。 ・出来上がりの中心温度の確認と記録をする。 ・配食時は二次汚染に注意し、専用白衣と使い捨て手袋を使用する。
献立作成にあたっての 考察	<ul style="list-style-type: none"> <li>・れんこんハンバーグはしっかり噛んでもらうため、半分ずつすりおろしとみじん切りの形で加えた。</li> <li>・野菜が苦手な子どもたちが多く、カレー粉やマヨネーズを使い食べやすい味付けにした。</li> <li>・みそ汁を食べ慣れないので、豆乳を加え、やさしい味にした。</li> </ul>	食に関する指導の視点	<ul style="list-style-type: none"> <li>・地場産物の紹介をしたり、季節を感じられる旬の食材を使用することで、食に関する興味関心を高める。</li> <li>・健康な生活を送るためには、主食・主菜・副菜のそろった栄養バランスの良い食事が基本であることを毎日の献立で知らせる。</li> <li>・食事の大切さ・野菜のおいしさや栄養について知らせ、好き嫌いをなくして食べられるようにする。</li> </ul>
人気の理由	<ul style="list-style-type: none"> <li>・肉に混ぜたり、カレー味やマヨネーズ味にすることで、苦手な野菜も食べることができる。</li> </ul>		