

地区名 唐津・東松浦地区 学校又は共同調理場 唐津市立西唐津小学校
 出場者・職名・氏名 学校栄養職員 濱口 純子
 調理員 橋田 さつき 成住 喜美代

唐津市立西唐津小学校
 学校栄養職員 濱口 純子
 調理員 橋田 さつき 成住 喜美代

調理法 (大量調理にあたってのコツなど)	献立1 五穀米ごはん 1 精白米と五穀米は計量・洗米し、重量比1.2倍の水分量で強化米を入れ炊飯する。	衛生上の留意点	献立1 五穀米ごはん ・洗米時に異物混入がないか確認して炊飯する ・配缶時手袋・マスク着用
	献立2 牛乳 1 業者から納入 2 冷蔵保管する		献立2 牛乳 ・納入時品温・消費期限を確認し記録する ・冷蔵庫の温度を確認し直ちに保管する
	献立3 さつま揚げ 1 玉ねぎ、きくらげ、人参、れんこんは荒みじんにする 2 枝豆はボイルしておく 3 すりみに1・2・3の野菜と豆腐・卵・調味料を混ぜ合わせる 4 小判型に形をととのえ油で揚げる 5 中心温度を確認し配缶する		献立3 さつま揚げ ・使用調理器具は消毒済みを使う ・野菜類は流水で3回以上洗浄する ・すりみ・卵・豆腐は納入時温度と鮮度を確認し、専用の容器に移し冷蔵庫保管 ・卵を扱った後は手指の洗浄消毒を十分にする ・成形する時使い捨ての手袋を使用する ・十分な加熱(85℃1分以上)中心温度確認 ・配缶時専用の前掛け・手袋・マスク着用
	献立4 野菜の磯香あえ 1 白菜は1cm、人参はせん切り、ほうれん草は2cm、もやしはよく洗っておく 2 野菜は加熱後、冷却し水切りする 3 たれは加熱後、冷却する 4 材料が冷めたらたれとのりを混ぜて和える		献立4 野菜の磯香あえ ・使用調理器具は消毒済みを使う ・野菜類は流水で3回以上洗浄する ・熱処理は十分に行い温度を確認・記録する ・加熱済みの食品は素手で扱わず手袋を使用する(二次汚染に注意) ・冷却後の温度を確認し記録する ・配缶時専用の前掛け・手袋・マスク着用
	献立5 根菜ごま汁 1 いりこでだしをとっておく 2 小麦粉・スキムミルク・塩に水を加えてこねておく さつま芋1.5cm角、大根、人参は花人参にする ごぼうはささがきにしてしたゆでする 椎茸は戻して千切りする ねぎは小口切りする こんにゃくはちぎって下茹でする 3 材料は出し汁で加熱する 4 だしが沸騰したら、調味する 5 最後にねぎを入れる		献立5 根菜ごま汁 ・使用調理器具は消毒済みを使う ・肉は専用容器に入れ冷蔵保管 ・野菜類は流水で3回以上洗浄する ・加熱時の中心温度を測定・記録する(85℃1分以上) ・配缶時専用の前掛け・手袋・マスク着用
献立7 みかんゼリー(県産ジュース) 1 沸騰した湯を計量し定量のゼリーのもとを溶かす オレンジジュースを入れ攪拌する 2 カップに流し固める	献立7 みかんゼリー(県産ジュース) ・使用調理器具は消毒済みを使う ・配食時は使い捨て手袋・マスクを着用 ・冷蔵庫保管		
献立作成にあたっての考察	・栄養量の確保に努める ・県産品(地場産品)を出来るだけ使用する ・旬の食材を使用する ・味に変化をつけ重複がないように配慮 ・色彩を考え食材を取り入れる	食に関する指導の視点 ・自分達が住んでいる地域や県内で生産されている農水畜産物に関心を持ち、食への興味・感謝の念を念を持つ事が出来るようにする	
人気の理由	・食べやすい組み合わせでありいろいろな味や食感が楽しめる ・新鮮な食材は、味・栄養共に良いと好評である	・野菜類は、私達の体にとって有用な働きのある食物繊維が多く含まれることを知らせる	