

令和元年度 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 佐賀県立有田工業高等学校
出場者・職名・氏名 調理員 川本ひろみ
副主任学校栄養職員 池田和美

調理法 〔大量調理にあたっての コツなど〕	献立1（麦ごはん） ①米は、洗米して浸水する。 ②麦を入れて混ぜる。 ③炊く。		衛生上の 留意点	献立1（麦ごはん） ・中心温度を三か所以上確認し、記録する。 ・加熱後は、二次汚染しないように取り扱いに注意する。	
	献立2（牛乳） 牛乳専用の冷蔵庫に移し、保管をする。			献立2（牛乳） ・納入時間、品温、ロット番号を確認し記録する。	
	献立3（佐賀ん春巻き） ①たまねぎは、みじん切りにする。アスパラガスは、斜めに切る。れんこんは、荒みじん切りにする。 ②卵を割り、牛乳、パン粉を合わせる。 ③肉、野菜、パン粉を合わせる。 ④春巻きの皮で巻く。巻き終わりは、水で溶いた小麦粉をつけて止める。 ⑤油で揚げる。 ⑥酢しょうゆをつくる。			献立3 ・肉、卵は、専用の容器に入れて冷蔵庫に保管する。 ・肉、卵を扱う時は、専用のエプロン、手袋を着用する。 ・肉、卵は、専用の器具を使用する。 ・卵は、一個づつ割り鮮度、卵殻の混入がないか確認する。 ・肉、卵を扱った手指は、洗浄消毒をする。 ・中心温度を三か所以上確認し、記録する。	
	献立4（温野菜） ①さつまいもは、きれいに洗浄し皮付きのまま、2cm角切りにする。 ②キャベツは、2cm角切りにする。 ③蒸気の立った釜で蒸す。			献立4（温野菜） ・中心温度を三か所以上確認し、記録する。 ・加熱後は、二次汚染しないように取り扱いに注意する。	
	献立5（大豆とごぼうの磯煮） ①ひじきは、水で戻しよく洗う。水を切る。 ②さやいんげんは、斜めに切る。茹でて冷却する。 ③ごぼうは、大きくさがきにする。 ④人参は、線切りにする。 ⑤ひじき、ごぼうを炒める。 ⑥人参、大豆、調味料を入れて煮る。 ⑦さやいんげんを入れて、温度を確認する。			献立5（大豆とごぼうの磯煮） ・中心温度を三か所以上確認し、記録する。 ・加熱後は、二次汚染しないように取り扱いに注意する。	
	献立5（三色汁） ①昆布とかつお節でだしをとる。 ②小松菜は、2cmに切る。茹でて冷却する。 ③しめじは、小房に割く。 ④切干大根は、水でもどし、包丁を入れる。 ⑤かにかまぼこは、割く。 ⑥だしにしめじ、切干大根を入れて煮る。 ⑦かにかまぼこを入れる。 ⑧調味する。 ⑨小松菜を入れて温度を確認する・			献立5（三色汁） ・中心温度を三か所以上確認し、記録する。 ・加熱後は、二次汚染しないように取り扱いに注意する。	
献立作成にあたっての 考察		佐賀県産の食材を主菜に多く取り入れ、 いろいろな食材の味や食感が楽しめ、食べ 応えのある献立にした。 また、汁物に切干大根や小松菜を入れて よく噛むようにした。汁物にすることによっ て、切干大根や小松菜は、煮物や和え物が 苦手な生徒も食べることができる。		食に関する指導の視点 ・佐賀県で生産される食材を知り、食に関する興味関心を高め る。(食文化) ・毎日の給食を通して、主食・主菜・副菜・汁物が揃ったバラ ンスのよい食事をする事で、健康な体が作られる事を知る。 (食事の重要性・心身の健康・食品を選択する能力)	
人気の理由		春巻きのバリバリした食感が人気である。 苦手な食材も、調理方法を変えることで食 べることができる。			