

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 唐津・東松浦郡地区

学校又は共同調理場
出場者・職名・氏名

唐津市東部学校給食センター
栄養教諭 山口 恵未 田代 千恵美
学校栄養職員 福田 美帆

<p>調理法 〔大量調理にあたっての コツなど〕</p>	<p>献立1 (もち麦入りご飯) ①精白米は洗米、浸漬する。 ②強化米ともち麦を入れ、炊飯する。</p>	<p>衛生上の 留意点</p>	<p>献立1 (もち麦入りご飯) ・出来上がりの温度確認・記録をする。 ・配缶時は、専用のエプロンと使い捨て手袋を着用する。</p>
	<p>献立2 (牛乳) ①専用冷蔵庫に保管する。</p>		<p>献立2 (牛乳) ・納品時に品温の確認、賞味期限、ロットを記録し、適切な温度で管理する。</p>
	<p>献立3 (手作りアジフライ) ①青のりと粉を混ぜる。 ②魚に下味をつける。 ③粉をつけ、油で揚げる。</p>		<p>献立3 ・魚は専用容器に入れ、冷蔵保管する。 ・作業にあたっては、専用エプロン、手袋を着用する。 ・出来上がりの温度確認・記録をする。 ・配缶時は、専用のエプロンと使い捨て手袋を着用する。</p>
	<p>献立4 (すだちこんにゃくのポン酢和え) ①切干し大根は洗浄し、もどす。 ②すだちこんにゃくは茹で、冷却する。 ③小松菜は1cm長さ、キャベツは短冊切りする。 野菜はそれぞれ茹で、冷却する。 ④すだちポン酢は冷却する。 ⑤かつお節は煎って、冷却する。 ⑤調味料と和え、かつお節を入れる。</p>		<p>献立4 (すだちこんにゃくのポン酢和え) ・野菜は汚染度の低いものから洗浄する。 ・加熱後は速やかに冷却し、専用冷蔵庫で保管する。 ・出来上がりの温度確認・記録をする。 ・配缶時は、専用のエプロンと使い捨て手袋を着用する。</p>
	<p>献立5 (根菜ごま汁) ①いりこでだしをとる。 ②さつまいも、にんじんはいちょう切り、れんこんは薄くスライスしていちょう切り、ごぼうはさがき、干しいたけは戻して薄くスライス、ねぎは小口切りする。 ③鶏肉を炒め、酒を入れ、火が通ったらごぼうを入れて炒める。 ④だしを入れ、煮えにくい材料から加えて煮る。 ⑤みそとねりごまを合わせたものを入れて調味し、最後にねぎを入れて仕上げる。</p>		<p>献立5 (根菜ごま汁) ・野菜は汚染度の低いものから洗浄する。 ・肉は専用容器に入れ、冷蔵保管する。 ・出来上がりの温度確認・記録をする。 ・配缶時は、専用のエプロンと使い捨て手袋を着用する。</p>
<p>献立作成にあたっての 考察</p>	<p>唐津港で水揚げされる新鮮な魚を取り入れた献立です。和え物は、相知町の特産品であるすだちこんにゃくとすだちポン酢を使用しました。柑橘類のすだちが使われ、さっぱりとした味付けで減塩につもつながります。汁物は、地元野菜を生かし、練りゴマとすりゴマを加え、ゴマの風味が食欲をそそるようにしまし</p>	<p>食に関する指導の視点 ・自分たちが住んでいる地域や県内で生産されている農林水産物に興味をもち、日常の食事は生産者をはじめ多くの人々の苦労や努力に支えられていることを知らせる。(感謝の心) ・唐津港で水揚げされる魚や地域でとれる野菜や佐賀県産の食材を献立に使用し、特性を知らせることで郷土愛を育む。(食文化)</p>	
<p>人気の理由</p>	<p>魚をフライにすることで、魚が苦手な子でもよく食べてくれます。</p>		