

【新十津川町学校給食センターチーム】

最優秀賞



献立名	①ナストマライス ②白菜サラダ ③ネットメロン ④牛乳
応募した献立を教材として活用した食に関する指導について、ねらいや実践の成果・課題	新十津川町学校給食センター（以下「センター」）は、新十津川町立小学校・中学校、新十津川町の幼稚園、北海道立新十津川農業高校、隣接する雨竜町立小学校・中学校の１園・５校で約１０００食の給食を提供しています。 センターが提供する学校給食（以下「給食」）では、地場産生鮮野菜使用率５０％以上維持を目標にしています。 園児・児童・生徒及び保護者には、給食で使われている地場産物が「生きた野菜の会※新十津川の団体」や「新十津川農業高校」のみなさんの手で作られた物とわかるよう、給食だよりや献立表、本校は学校での掲示物でお知らせしています。 夏の定番メニューとなっている『ナストマライス』は、新十津川産のなすとトマト、たまねぎを使用し、野菜が苦手な子ども達からも好評のメニューになっています。たくさんのたまねぎを使用することでトマトの酸味がおさえられ、絶妙な甘味と酸味のバランスとなります。ミニトマトを使用したトマトピューレを地場産品として使用しています。最後になすを入れて適度な水分になるまで煮込むことでコクが出るように工夫しています。 白菜のサラダには、地場産のきゅうりを使用しています。サラダの野菜は、スチームコンベクションオーブンで蒸してから冷却しています。蒸した方が野菜の食感が良く材料にも味が入りやすい利点があります。 その他の地場産物は、雨竜町の小中学校に「暑寒メロン」、新十津川町の幼稚園・学校に「ルピアレッドメロン」をデザートとして提供しています。
地場産物の使用率を上げる工夫に関する取組	生きた野菜の会（新十津川町地元農家グループ）、新十津川農業高校、農産物加工センターの協力で充実した生鮮野菜を使用することができおり、各団体は給食センターの要望にも快く応えてくれます。 生きた野菜の会や新十津川農業高校は、使用頻度の高い野菜の作付面積の拡大や新たな種類の野菜の栽培などにも対応してくださいます。年間を通して、地場産のミニトマトを加工したトマトピューレを使用しています。 秋に収穫したかぼちゃとさつまいもは農産物加工センターが加工し、冬期間も献立に取り入れています。 総合的な学習の時間では、３年生と５年生が新十津川農業高校と連携したさつまいもの栽培活動や米の栽培活動を行っています。また、３年生は玉ねぎ農家と連携した栽培活動も行っています。３年生と５年生が収穫した農作物は、地場産物として学校給食に使用しています。地場産物の使用は、その都度給食だよりでお知らせをしています。

■ 一食あたりの栄養価					
エネルギー	657Kcal	マグネシウム	90 mg	ビタミンB ₂	0.52 mg
たんぱく質 （エネルギー比率）	25%	鉄	3.8 mg	ビタミンC	47 mg
脂質 （エネルギー比率）	15.0%	亜鉛	3.3 mg	食物繊維	5.3 g
		ビタミンA	190 μgRE	食塩相当量	2.6 g
カルシウム	328mg	ビタミンB ₁	0.81 mg		

献立	材料名	1人分量(g)	切り方等	作り方
①ナストマライス	精白米 強化米 有塩バター 豚ひき肉 大豆ミート（ミンチ） たまねぎ なす トマト 米サラダ油 トマトケチャップ ミートソース トマトピューレ冷凍 コンソメ 食塩 こしょう白 粉チーズ 濃厚ソース（トナツソース）	79 0.22 2.9 25 6.5 60 26 30 0.5 21 20 6 0.6 0.15 0.03 1.6 4.5	みじん切り 1 cmイチョウ切り ミキサー	①精白米はといでおく。バターを入れて米を炊く。 大豆ミートは水で戻しておく。 ②米サラダ油でたまねぎ、豚ひき肉をよく炒める。 ③大豆ミート、トマト、調味料を加える。 ④なすを入れて、水分がなくなるまで煮込む。 ⑤最後に粉チーズを固まらないように入れる。 ⑥バターライスに⑤をかけてできあがり。
②白菜サラダ	ポークハム（短冊） はくさい にんじん きゅうり 白いりごま 三温糖 穀物酢 こいくちしょうゆ ごま油	5 44 6 11 0.5 0.5 0.9 2.5 0.6	1 cm千切り 千切り 千切り	①調味料を合わせておく。 ②ポークハム、はくさい、にんじん、きゅうりはスチームコンベクションオーブンにかける。 ③真空冷却機で１０℃以下に冷却する。 ④和え釜に冷やした野菜を入れ、調味料、白いりごま、ごま油を入れ、和えてできあがり。
③ネットメロン	ルピアレッドメロン （新十津川町）	105	16等分	①流水で３回洗う。 ②塩素で消毒する。 ③臭いがなくなるまで、流水ですすぐ。 ④16等分にカットする。
④牛乳	牛乳	206		

