

「陸別町給食センターチーム」

優良賞



<p>献立名</p>	<p>①麦ごはん ②鹿かつみそだれがけ ③小松菜の梅おかか和え ④陸別かぼちゃの団子汁 ⑤りくべつ牛乳</p>
<p>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</p>	<p>○食に関する指導（給食時間での指導）のねらい ・陸別町の地場産物である鹿肉について知り、地域の産業を学び、陸別町でとれる食材についての興味・関心を深め、食べ物を大切にすることを大切に育てる。 ○成果・課題 日頃から、陸別町では、北海道産の昆布とかつお節を使い、だしを活かした給食提供に努めている。また、郷土料理や地場産物を使った献立を日頃から取り入れており、それに伴う食に関する指導の取り組みとして、給食時間に放送委員会と連携した給食の紹介や、掲示板での献立と食材の紹介、クイズを通じた情報発信など、毎日の給食に興味・関心を持つことができるよう取り組んでいる。 学校給食に地場産物を活用することは、地域の資源や食文化を学び、愛着を育むという観点においてとても重要であると感じている。陸別町でとれる地場産物について給食だよりや掲示板を通じて、児童・生徒や保護者への情報発信を行っている。中でも鹿肉は給食では年間約5回程度使用しており、児童生徒にとって馴染み深い食材であり、好んで食べている児童生徒も多い反面、独特の香りを苦手とする生徒もいる。鹿肉の栄養価等の指導を行っていても、知識はつくものの鹿肉についてより興味関心を持ち、実際に料理を試してみるなどの実践には至っていないと感じる。食材の特性上、好き嫌いが分かれてしまうため、苦手な児童生徒も食べやすい給食づくりを進めるとともに、繰り返し給食指導や給食だより、食育掲示板等を使って情報発信を行っていく。</p>
<p>地場産物の使用率を上げる工夫に関する取組</p>	<p>○りくべつ牛乳の提供：陸別町では、月に2回程度のりくべつ牛乳の生産・加工を行っており、それに合わせて学校給食にも「りくべつ牛乳」を可能な限り提供しています。 ○町内でのエゾシカの狩猟と給食に対応した加工：北海道ではエゾシカの狩猟・加工ができる地域が限られていますが、陸別町では町内で駆除、狩猟されたエゾシカの加工までを行っており、学校給食に日ごろから活用しています。学校給食に必要な量の確保や、薄切りのスライスやミンチなど、町内の販売業者との打ち合わせにより協力体制が整ったため、献立に合わせた形態での納品が可能となり、様々な給食に使用しています。 ○山菜や農作物の長期的利用：春には旬の地場産物である「ふき」や「発芽にんにく」、秋には「かぼちゃ」を提供しています。また、「葉草のトウキ」など珍しい食材を積極的に活用しています。そうした地元食品を加工する業者があり、ふきの水煮やかぼちゃのペースト、干しいたけ、冷凍のトウモロコシなど、収穫後にも長期的に活用しています。 ○地元和牛の活用：通常、和牛は市場に出回ったものは、産地を指定することが難しくなります。陸別町では、和牛の肥育を行っており、肥育している業者から直接購入したり、給食への提供をいただいております。使用することで地場産物の使用率を上げるようにしています。 ○給食センター内の食育用圃場での農作物栽培及び氷室での長期活用：給食センターでは、食育用圃場で野菜を栽培しており、町内の保育園児、小学1、2年生による収穫体験を行っています。子どもたちが収穫した野菜は、実際の給食で使用することで、地場産物の使用率を上げるようにしています。また、昨年度から給食センター敷地内に氷室を設置しています。給食センターで収穫した野菜や、道内産の玉ねぎ・じゃがいもを購入し氷室で保存することにより、道内産の産地である5月から9月ごろに使用量を変更することなく道内産の食材を活用しています。</p>

■ 一食あたりの栄養価

エネルギー	668Kcal	マグネシウム	105 mg	ビタミンB ₂	0.63 mg
たんぱく質 (エネルギー比率)	21.0%	鉄	4.6 mg	ビタミンC	27 mg
脂質 (エネルギー比率)	26.0%	亜鉛	4 mg	食物繊維	5.4 g
		ビタミンA	254 μgRE	食塩相当量	2.4 g
カルシウム	356mg	ビタミンB ₁	0.41 mg		

献立	材料名	1人分量(g)	切り方等	作り方
①麦ごはん	精白米 強化米 米粒麦	60 1 10		①.米を洗米、浸漬し、米粒麦を混ぜて炊飯する
②鹿かつみそだれがけ	鹿肉 食塩 ごしょう 小麦粉 パン粉 米ぬか油 白ごしみそ にんにく しょうが 上白糖 すりごま	60 0.2 0.01 8 10 3.6 7 0.3 0.3 3 2	約1.5mmスライス 肉の下味 肉の下味 ミキサー ミキサー	①鹿肉は塩・ごしょうで下味をつける ②小麦粉と水でバター液をつくる ③鹿肉をバター液、パン粉の順に付ける ④3を180℃の温度の油で約8分揚げる ⑤にんにくとしょうがはミキサーにかける ⑥鍋にみそ・にんにく・しょうが・上白糖・水・すりごまを加えて加熱し、みそだれをつくる ⑦揚げた鹿かつにみそだれをかけて配食する
③小松菜の梅おかか和え	小松菜 白菜 人参 かつお節 こいくちしょうゆ 梅びしお	35 12 4 1.2 0.5 2	ざく切り 短冊切り 細切り	①小松菜はざく切り、白菜は短冊切り、にんじんは細切りにする ②①をゆでて冷却する ③調味料と和えて、配食する
④陸別かぼちゃの団子汁	かぼちゃペースト 白玉粉 じゃがいもでんぷん 脱脂粉乳 米ぬか油 干し椎茸 ぶなしめじ 木綿豆腐 大根 ごぼう 長ねぎ ごま油 食塩 こいくちしょうゆ 清酒 厚削り 昆布	15 5 2 1 0.4 0.5 8 12 15 4 4 0.3 0.2 2.4 0.8 2.8 1.4	団子の材料 水戻し、スライス ざく切り さいのめ切り いちょう切り さがぎ 小口切り	①昆布・厚削りでだしをとる ②ごぼうはさがぎ、大根はいちょう切り、ぶなしめじはざく切り、干し椎茸は水戻ししてスライス、木綿豆腐はさいの目切り、長ねぎは小口切りにする。 ③かぼちゃペースト、白玉粉、じゃがいもでんぷん、脱脂粉乳を合わせて練り、形を整え団子を作る。 ④かぼちゃ団子に米ぬか油をぬり、焼く。 ⑤ごま油を熱し、ごぼう、大根、ぶなしめじ、干し椎茸を炒め ⑥だし汁を加え、木綿豆腐を加えて煮る。 ⑦かぼちゃ団子を入れ、調味料を加え調味し、配食する。
⑤牛乳	牛乳	206		

