

5月 給食たより

令和8年度
宍粟市立ちくさ
学校給食センター



宍粟市の学校給食について

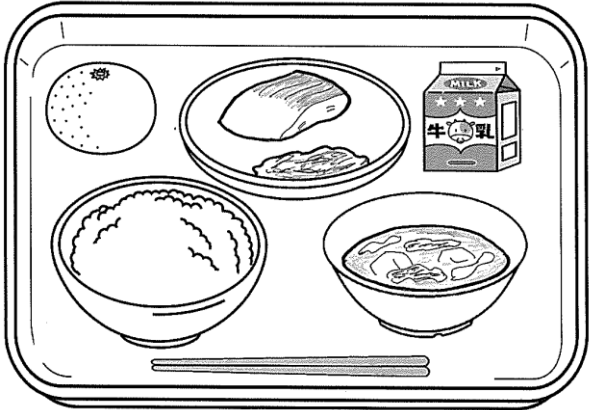
「食べることは生きること」といわれるように、食は心身を健やかに保つ上で、欠かせないものです。特に成長期は味覚が自覚ましく形成されていきます。「学校給食」を通じて食育を学んでいってほしいと思います。ぜひ、おうちでも給食について話し合ってみてください。

献立内容とこだわり

宍粟市には、統一された学校給食のこだわりがあります。基本はみなさんが将来健康に生きていくための「健康的な食習慣」の形成に役立つ栄養バランスを配慮した食事を提供することです。ふるさとの味・栄養・愛情でいっぱいの学校給食を、楽しく食べてくださいね。

主食はごはん
市内産コシヒカリを七分つきにして使っています。

旬のものを使う
その季節に必要な栄養素は旬の食材に含まれます。おいしく食べられる旬を大切にします。



うすあじ
健康に生きるため塩分を控え、素材の味を見分ける力を養います。


安全安心
衛生的な調理。
地元産食材優先。
安全な食材を選びます。

愛情たっぷり
ひとつひとつの食材を洗って切って料理まで、愛情込めて作っています。

栄養バランス
学校給食摂取基準に基づく献立作成。
いろいろな食品をまんべんなく食べられるように工夫しています。

安全安心な学校給食を作るために、

一日に多くの方が食べる学校給食には「学校給食衛生管理基準」をはじめ、衛生管理のきまりがたくさんあります。その一部を紹介します。

<p>健康観察</p>	<p>仕事の前には手・指・爪の状態を確認し、健康観察を行います。調理をする人が食中毒の感染源とならないように、健康管理には気を配ります。</p> 
<p>身支度</p> 	<p>学校給食センターで働く調理員さんは、どの担当をしているのかひと目で分かるように、作業着の色分けをしています。ちくさ学校給食センターの場合は、 下処理(野菜を洗う)・・・ピンク 生の肉・魚・卵を扱う・・・青 その他調理作業・・・白 配缶・・・緑 など 下処理室から調理室に入る前は、靴を履き替えて十分な手洗いと消毒をしたあと、体に付いているほこりや毛髪を落とすためにエアシャワー室に入って、空気を強い風で吹きかけてきれいにします。</p>
<p>温度チェック</p>	<p>食中毒予防のために、食材にしっかりと火を通しています。75度以上で1分間以上加熱することで、食中毒の原因となる多くの菌やウイルスが死ぬので、温度計で確認し、記録しています。</p> 
<p>ドライシステム</p>	<p>ドライシステムとは、調理室の床を常に乾いた(ドライ)状態に保つことです。水気があると、細菌やカビが発生する原因にもなるので、すぐにふいて衛生状態を保つようにしています。</p> 
<p>保存食</p> 	<p>万が一、食中毒が発生したときのために、給食で使った食材と調理済食品をマイナス20度以下で冷凍保存して14日間保存しておきます。食中毒及びその疑いが発生したときは、取っただけある保存食で原因が解明できるようにしています。</p> 

★職員紹介 今年度もよろしくお願ひします。

所長...岡田明彦 栄養教諭...世良 光 運転手兼調理員...谷河俊哉、木山成耶
調理員...春名真紀、小河未絵、徳久多美、小林美果、雛倉文香、岡田美恵子

きゅうしょく いちにち
給食センターの一日

けんしゅう
検収



給食で使う食材が届けられます。数量は合っているか、傷みはないかなどチェックします。

したしより
下処理



三つの水槽で、水を流しながら野菜を丁寧に洗います。

うわしより
上処理



スライサーや包丁で野菜を切ります。スライサーの刃を替えることで、いろいろな形に切ることができます。

ちょうり
調理

ごはん



いちにち一日に炊くお米は約23kgです。5釜に分けて炊きます。

汁物

煮物



ひとつの釜で260人分を炒めたり煮たりして調理します。

揚げ物



メニューに合わせて、フライヤーの温度を設定し、たっぷりの油で揚げていきます。

サラダ

和え物



食材を加熱してから、和え物室の真空冷却機で急速に冷まします。水分を絞ってから大きなたらいに移し、調味料を加えて和えて仕上げます。

果物



きれいに洗った果物を切って、クラスごとに数えて袋に入れます。

焼き物

蒸し物



焼いたり、蒸したりできるスチームコンベクションオーブンを使って調理します。

なま にく さかな たまご などの準備



調理するまでの生の肉・魚などを専用の容器に入れ分けたり、下味をつけます。

はいそう
配送



クラスごとに配食した食缶をコンテナに積み込み、トラック（はらぺこ号）で学校に運びます。

しょうどく ほかん
消毒・保管

洗浄された後の食器や食缶、コンテナは熱風で消毒され、次の日の給食のために保管されます。

せんじょう
洗浄



食器洗浄機で自動的に食器が洗われ、積み上げられていきます。食缶やコンテナも洗います。

しょうきかいしゅう
食器回収

食べ終わった後の食器や食缶は再びトラックで給食センターに戻ってきます。

きゅうしょく
給食
じかん
の時間



安全確認のために校長先生の「検食」があります。その後、教室で児童生徒のみなさんが給食を食べます。