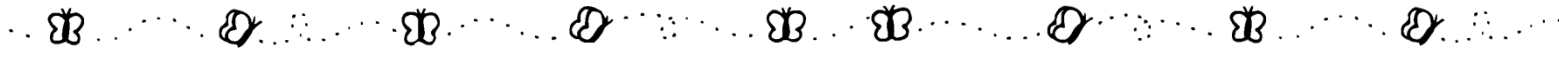


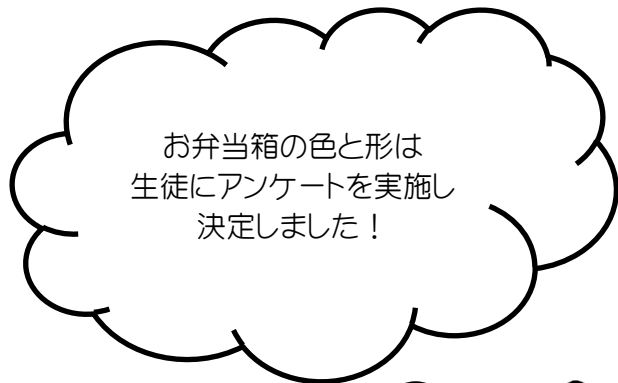
こんにちは。新1年生の皆さん、中学校給食には慣れましたか？小学校と違い、予約をしたり、先にお金を払ったり…『面倒くさい!!』と思われる事もあるかと思いますが、中学校給食を宜しく願います！
今日は中学校給食で使用している食材や調理場について少しご紹介したいと思います。



～給食で使用する食材について!!!～

みなさんは『地産地消』という言葉を知っていますか？
地産地消とは、地元で生産されたものを地元で消費することで、中学校給食では、この『地産地消』に力をいれており、お米については100%直方産を使用し、野菜については直売所にご協力頂き、可能な限り直方産の野菜を使って調理をおこなっています。

4月、5月の給食では
上新入 高倉 実さん
下新入 田代 誠一さん
が生産したお米『元気つくし』
を使用しています。



お弁当箱の色と形は
生徒にアンケートを実施し
決定しました！



小学校給食では**自校方式**といって、小学校内にある調理場で給食を作り、提供していました。しかし、中学校給食では、**弁当箱形式で配達するデリバリー給食**となるため、別の調理場で調理、盛付けを行い、各中学校の配膳室へ配達を行なっています。

では、**中学校給食はどこで作っているの???**
…北九州市八幡西区金剛にある、株式会社のぼるにて調理、盛付けを行い、配達しています。(株)のぼるでは、直方市だけでなく、他市の学校給食や、幼稚園、保育園給食の提供も行っており、他にも、スーパー等の惣菜コーナーのいなり寿司や巻き寿司も作っています！

～おかずを冷やす理由～



ご飯と汁物は専用容器で単品で提供するため、温かい状態で提供しています。また、冬場には『蓄熱材』を使用して温かさを保てるようにしています。

一方おかずは、おかず用の容器に温かいものと冷たいものが混在し、ゆるやかな温度低下が起こります。食中毒菌は、このような徐々に温度が低下するときに発生しやすいとされています。集団給食で食中毒を予防するために定められた、『大量調理施設衛生管理マニュアル』では、

●調理後ただちに提供される食品以外の食品は、食中毒菌の増殖を抑制するために、10℃以下又は65℃以上で管理することが必要である。

●加熱調理後、食品を冷却する場合には、食中毒菌の発育至適温度帯(約20℃～50℃)の時間を可能な限り短くするため、冷却機を用いたり、清潔な場所で衛生的な容器に小分けするなどして、30分以内に中心温度を20℃付近(又は60分以内に中心温度を10℃付近)まで下げるよう工夫すること。

と明記されています。このことから、中学校給食では『真空冷却機』を使って、一気に10℃位まで冷やします。

時々、肉料理の炒め物で、肉の脂が白く浮き上がっている事があります。これは、温かい時は溶けていた肉の脂が冷えることで白く固まったものです。9月～3月時期は、この問題を解消するため、汁容器に盛付けをして、温かく提供することで、肉の脂浮きの対応を行ないます。

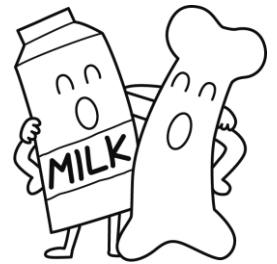
～栄養量について!!!～

【学校給食摂取基準】

栄養素 (単位)	エネルギー (Kcal)	蛋白質 (g)	脂質 (%)	食塩相当量 (g)	食物繊維 (g)
	820	30	摂取エネルギー 全体の 25～30	3未満	6.5
カルシウム (mg)	鉄 (mg)	ビタミンA (μgRE)	ビタミンB1 (mg)	ビタミンB2 (mg)	ビタミンC (mg)
450	4	300	0.5	0.6	35

中学校給食は学校給食摂取基準に基づき、毎月の献立を作成しています。基準値は表の通りです。一ヶ月の栄養量の平均が基準値に近づくように献立を作成しています。

カルシウムについては、牛乳1本(200ml)に227mg含まれており、約半分を補っています。ご家庭の弁当を持ってこられる方も、牛乳のみの注文が可能ですので、ぜひご利用ください。



～市販品のエネルギー量～

コンビニやスーパーで買い物をする時に、エネルギー量(Kcal)を確認しますか？右表に少し紹介します。

例えば…

梅おにぎり+ツナマヨおにぎり+メロンパンを購入すると、338円で750kcalとなります。エネルギーはしっかり摂れますが、他にも必要なビタミンやミネラルが不足しがちです。

その点、給食では、牛乳が付いて300円で栄養バランスのとれた内容となっております。また、季節の旬な食材や、デザートも取り入れています。

もし、コンビニ等でお昼を購入している方がいましたら、給食注文の検討もお願いします。

給食日7日前14時まで注文を受け付けています。

	エネルギー (Kcal)	価格 (税込)
梅おにぎり	164	110
昆布おにぎり	173	110
エビマヨおにぎり	197	110
ツナマヨおにぎり	225	110
ピザパン	248	138
牛乳パン	329	108
メロンパン	389	118
ショコラドーナツ	399	140
ミニスナック ゴールド	556	104

お知らせ①

- + 6月分の給食予約を5月1日(火)より開始しました。
- + それぞれの予約締切り日は、
マークシート予約:5月15日(火)
インターネット予約:5月20日(日)です。
予約忘れのないようによろしくお願い致します。

お知らせ②

- + 5月14日(月)に7月予約分の給食費口座引き落としを行ないます。

～6月にパン献立を提供します～

給食が開始し、過去3回、中学校給食に関するアンケートを実施しました。そのなかでも、『パンが食べたい』との回答が多くありました。要望が1番多かったのは『揚げパン』ですが…6月に食パンとピタパンの提供を予定しております。ご飯と違い、おかわり分の用意はできません。6月の様子を見て、今後も月に1～2回パン献立の提供が行えればと考えております。

