

☆2018 年度 給食試食会&茶話会☆

～2018 年 9 月 13 日（木）12 時～14 時～

今年度の給食試食会は、例年より多く 65 名の方が参加されました。

まず、視聴覚室で副校長先生と栄養士の栗田先生にお話を伺いました。

副校長先生からは、給食をみんなで食べるとおいしいことはもちろん、夏休みの「アジア交流」でインドネシアのハラール食のを知り、食育の面では、自分で何を選んで食べるか判断していく力をつけ、感謝の気持ちやマナーを身に付けられるように、と給食を通じた取り組みを紹介いただきました。

また、オリンピックパラリンピック教育に関連して、「給食の世界ともだちプロジェクト」として、アメリカやデンマークなど各国のメニューを取り入れているそうです。

普段とは違う砕けた雰囲気でお話もしていただき、笑いも起こるなど副校長先生の素顔が垣間見える楽しいお話でした。

栗田栄養士からは、献立や調理方法など、より具体的に説明がなされました。

・献立を作る際には、以下の 3 点に気を付けている。①栄養価：日常の食事で摂りにくいビタミンやカルシウムは、1 日の摂取基準と比較し、給食 1 食で 40～50 パーセント摂れるよう配慮している。②食材や食品構成：国産で使用日の朝納入され、食材が偏らないようにしている。（給食だより参照）③旬や季節：入梅、七夕、十五夜などを意識して取り入れている。

・衛生管理として、野菜や果物は 3 回洗浄し、すべての食材に火を通して（85 度以上で 1 分以上）。

参加者からは、アレルギー対応だけでなく、障害による感覚過敏で食べられない食材がある場合、クラスの子どもたちにどう伝えているか、また、保護者の方々にもそういったケースがあることを知ってほしい、との発言がありました。栄養士からは、アレルギーに限らず、病気や薬との併用で食材に制限がある場合は学校全体で確認している旨返答があり、教養委員会としても、保護者への周知などを一緒に考えていきたいとお伝えしました。

20 分ほどのお話の後、試食会場に移動。職場体験で空き室となっている 2 年 D 組、E 組の教室をお借りし、教養委員が配膳係となりました。

子どもたちがいつも使っている配膳台や食缶に触れ、懐かしい、との声も聞かれました。試食のメニューは牛乳、練馬スパゲッティ、コールスローサラダ、キャラメルポテト。

子どもたちに人気のある献立です。

この献立について、試食後に以下のような感想がありました。

- ・全体的に美味しく楽しかった。

<練馬スパゲッティ>

- ・味の薄さがちょうどよく、優しい味でさっぱり食べられた。健康的。
- ・大根おろしの水分が多かったのは、大根の栄養素を余すことなくいただくためかもしれない。大根葉は使わないのか？彩に緑色があればなおよかった。

<コールスロー>

- ・素材の良さを出すためか、味が薄い。酢やこしょうをもう少し効かせてもよいかも。家庭での調味と違い、これがコールスロー？とも思った。
- ・隠し味におろしにんにくが入っていたので、味付けの参考になった。

<キャラメルポテト>

- ・おいしかったがイメージが違った。
- ・キャラメルソースに和えてあるというより、砂糖がまぶしてある状態。揚げあがりが高く、小さいので、もう少し大きいとよいのでは。
- ・牛乳とよく合うお味だった。

<その他>

- ・食具がフォークだけで食べにくかった。献立に合わせ、箸やスプーンと組み合わせて使ったほうがよいのでは。食器はかわいかった。
- ・献立として水分が足りないように感じた。スープやお茶が欲しい。
- ・たんぱく質が足りないと思う。
- ・思ったより量があったが、1～3年生で量は同じなのか。

また、他の献立についても、意見が寄せられました。

- ・きなこ揚げパンを食べてみたい。
- ・魚の時はおかずが少なく、白米が食べきれないようだ。ふりかけなどがあればよい。
- ・子どもたちは給食の時間が短く、かき込んで食べているような状況と聞く。ゆっくり味わって食べられるようになるとよいのだが・・・

<<ここで先生に聞いてみました！！>>

・大根葉は使わないのか？

→普段、石西中を出している練馬スパゲッティには葉を使用していません。葉を使用したレシピも考えてみたいと思います。ご意見ありがとうございます。

・食具がフォークだけで食べにくかった。献立にあわせ、箸やスプーンと組み合わせて使ったほうがよいのでは？

→スパゲッティとゼリーなど、2つ以上の食具が必要な時には複数つけています。今回はすべてフォークがもっとも食べやすいと判断し、フォークのみにしました。

・たんぱく質が足りないと思う。

→若干少なめですが、基準値内の量です。給食では1日1日でなく、1週間、1ヶ月単位で基準値を満たせるよう献立を作成しています。

・1～3年生で量は同じなのか

→中学校は基本的に3学年同じ量で提供しています。

・魚のときはおかずが少なく、白米が食べきれないようだ。ふりかけなどがあればよい。

→中学生が食べきれ、かつ必要な栄養を満たせる量でご飯・おかずを作っています。ふりかけなどをつける日もありますが、調理工程の関係ですべての日にふりかけをつける事は難しい状況です。白米が主食の日にはおかずの味付けを少し濃くするなどの調節は行っています。

・子どもたちは給食の時間が短く、かき込んで食べているような状況と聞く。ゆっくり味わって食べられるようになるとよいのだが。

→石西では給食準備10分、給食時間20分となっています。時間割の都合上、時間を延長するのは難しいですが、給食準備を素早く行い食べる時間を確保するよう声かけをしていきたいと思っています。

先生は毎日の給食を子供達のために色々と考えて下さっています！

いつもありがとうございます！！

♪♪

試食の後の茶話会では、43名という期待以上の参加で時間が足りないくらい大盛況でした！！学年関係なく給食や子供に関わる様々な話題が広がり、とっても有意義な時間とな

りました。今回、初の試みとして例年の食後アンケートを廃止し、茶話会を通じて生の声をみんなで共有出来た事も大変ご好評をいただきました。

教養委員は、早い時間から会場準備や配膳、片付けまでスムーズに役割をこなし、参加者同士の交流にも一役買いました。委員達にとってもやりがいのある試食会でした。

参加して下さった保護者の方々、ご協力ありがとうございました。
近年、PTA活動から足が遠のく様子が見られますが、今回の試食会のような機会を通じてPTAに興味を持ち気軽に参加して頂きたいと思います。

日頃から子供達の栄養を考えて下さって先生や調理員の方々に改めて感謝申し上げます。
これからも宜しくお願い致します。

今後とも、PTA活動へのご理解ご協力を宜しくお願い致します。