

# 給食

## だより 4月号



令和2年4月7日  
富士市学校栄養士会作成

希望で胸をいっぱいにした1年生を迎え、令和2年度がスタートしました。学校給食は、子どもたちが栄養バランスのとれた食事を友達や先生と一緒に食べながら、心と体の健康を育む場です。

今年度も安全でおいしい給食作りを目指してまいりますので、ご理解とご協力をお願いいたします。

## 富士市の学校給食と食育



単独校調理場 39校  
共同調理場 1施設

### 手作り給食

給食献立は学校給食摂取基準を基に、季節感・経費・衛生・嗜好等を考慮して市内の学校栄養士が作成しています。毎日、だしは削り節や昆布、しいたけなどから取り、シチューやミートソースなどのルウは小麦粉とバターで作るなど、手作り給食を心がけています。また地元で採れた新鮮な旬の食材や郷土料理を積極的に取り入れています。

### 安心・安全な給食

前日調理は行わず、食材は新鮮で安全が確認されたものを使用します。

野菜は全て加熱調理し、サラダや和え物等は85℃で1分以上加熱殺菌した後、流水や真空冷却機で冷却し、調味します。

全ての料理は、加熱終了時の温度を確認した後、記録を残します。

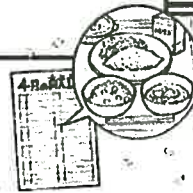


### 毎日が食育

給食の献立は、食育の教材として活用しています。学校給食法では、「食事の重要性」「心身の健康」「食品を選択する能力」「感謝の心」「社会性」「食文化」を学ぶことを目標にしています。また、食事のマナーやゴミの分別についても学んでいます。ご家庭や地域の方々には、献立表や給食だより、試食会などを通して情報提供を行っています。

### 食物アレルギーへの対応

調理途中でアレルギー食材を除いた「除去食」の提供を行っています。除去が難しい場合には、弁当の持参をお願いすることもあります。



給食で出た生ごみ（野菜の皮やだしがら、残飯など）は市内の再生業者によって肥料になっています。

## レシピ紹介 ドライカレー

材料（4人分）

★カレー味ごはん



米	2.5合	塩	小さじ1/2強
カレー粉	小さじ1/2	油	小さじ1/2

★ドライカレーの具

油	大さじ1	大豆水煮	35g
玉ねぎ	360g	にんじん	90g
古根しょうが	ひとかけ	水	200ml
にんにく	ひとかけ	チャツネ	小さじ1
豚ひき肉	90g	トマトピューレ	大さじ3
牛ひき肉	60g	カレールウ	50g
塩	小さじ1/2	ウスターソース	小さじ1弱
こしょう	少々	粉チーズ	大さじ3
カレー粉	小さじ1/2	グリーンピース	25g

（作り方）

- 炊飯器に、米・カレー粉・塩・油・水（炊飯するときの通常の量）を入れ、軽く混ぜ合わせ、炊く。
- 玉ねぎ・大豆水煮・にんじん・しょうが・にんにくはみじん切りにする。グリーンピースは茹でておく。
- 鍋に油を入れ、しょうが・にんにくを炒め、香りが出たら玉ねぎを炒める。玉ねぎがきつね色になってきたら、ひき肉を加えて炒める。そのときに、塩・こしょう・カレー粉を振り入れる。
- 火が通ったら、にんじん・大豆を加え、さらに炒める。
- 水を入れ、チャツネ・トマトピューレを加えて煮込む。カレールウを加え、さらに煮込み、ウスターソースで味をととのえる。仕上げに粉チーズ・グリーンピースを加えて出来上がり。

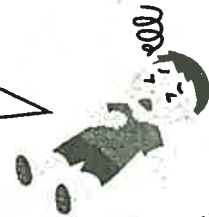
# 学校給食と食物アレルギー

平成 27 年3月に文部科学省より「学校給食における食物アレルギー対応指針」が発行されました。富士市では、これをもとに「富士市 学校生活アレルギー対応マニュアル」を作成しました。すべての児童生徒が給食時間を安全に、かつ、楽しんで過ごせるように学校全体で組織的に取り組んでいます。

## 食物アレルギーとは

食物アレルギーは、アレルゲン（アレルギーを引き起こす物質）となる食物が体内に入ることによって起こります。本来、栄養となるはずの食物が、異物とみなされて排出しようとするために、アレルギー症状が起こる現象のことです。

かゆみ、じんましん、  
腹痛、嘔吐、喘鳴、  
息苦しさ…など



## 食物アレルギーの原因食物

重篤度の高い原因食物は、そば・ピーナッツです。また、発症数の多い原因食物は、卵・乳・小麦・えび・かにです。この7食品は、症例数が多いため、特定原材料と定められ、表示が義務付けられています。7食品以外にも表示が推奨されている食品が21品目あります。



表示義務のある原材料（7品目）

…卵 乳 小麦 そば 落花生 えび かに

表示が推奨されている原材料（21品目）

…あわび いか いくら さけ さば 牛肉 鶏肉  
豚肉 大豆 ごま まつたけ やまいも オレンジ  
キウイ もも りんご くるみ ゼラチン バナナ  
カシューナッツ アーモンド

## 学校給食における食物アレルギー対応の流れ

- ① 食物アレルギー対応を希望する方は、医師の診断に基づき「学校生活管理指導表」を学校に提出します。
- ② 学校生活管理指導表提出後、対応の内容について個別面談を行います。  
(保護者と校長、養護教諭、栄養教諭・学校栄養職員、調理主任、学級担任等)
- ③ 調理場における対応の実施の決定をします。
- ④ 学校の全職員で個々のアレルギー対応について情報共有します。
- ⑤ 対応を開始します。
  - ・調理過程でアレルゲンの除去をする完全除去食のみを提供しています。
  - ・除去対応ができない場合は、家庭より代替食の持参をお願いしています。
  - ・給食ではそばの提供をしていませんが、うどん・ソフト麺・中華麺の製造工場では、そばの製造も行なっています。  
(そばのコンタミネーションがあります。)

