

行事食で文化を伝えたい
学校給食も食卓の一部に

6月は食について考える「食育月間」の月。家庭、職場などで推進したい取り組みですが、子どもたちに食による学びを伝える重要な役割を担うのが学校給食。刈谷市内の小・中学校、特別支援学校、幼児園に学校給食を届けるのが第一学校給食センター、第二学校給食センターです。

刈谷市が管理、運営する施設であり、献立を考案するのは同センターで働く栄養教諭のみなさん。毎日1万6000食もの学校給食は、委託先の民間業者が調理を担当しています。

「給食の時間は食を学ぶ授業の一環と考えています。地域の産物をメニューに加えるほか、5月の献立にはかしわ餅が登場するなど文化を伝える行事食にも積極的に取り組んでいます。」と所長代理の加藤さん。

核家族化が進み、共働きの子育て世代が増加傾向である現在、「5月には『八十八夜』にちなんで、ちくわのてん茶揚げが登場したばかり。給食で食べて、子どもたちが家庭で話してくれるだけでもうれしい」と栄養教諭のみなさん。給食の時間には学校を訪れて、食べている子どもたちの反応を確認。献立に関する情報をまとめた「ひとくちメモ」を配布し、児童・生徒に読んでもらうことで文化を残そうと考えています。

6月は食育月間!

巻頭特集

地域と食の大切さを伝えて

刈谷市の学校給食

毎日、その日の朝調理したばかりの1万6000食が

刈谷市第一第二学校給食センターを発送し、

市内の小・中学校、特別支援学校、幼児園に届けられます。

日本の文化や地場産物をメニューに取り入れることで

食育にも力を入れる刈谷市の学校給食。

献立を考案する栄養士であり教諭のみなさんが

給食に込める思いを聞きました。



刈谷市の学校給食は和食も人気! 定番の肉じゃがはやさしい味付けです



少し冷めてしまってもおいしく食べてもらおうと、いかフライをさっぱりレモンで味付け。毎年、中学生にリクエストされる大人気のおかずです



刈谷市の地場産物、切り干し大根を食べやすくアレンジ。サラダのなかで大根の食感が引き立ちます



刈谷産大豆をたくさん食べてもらおうとかき揚げに。うどんはつゆに自分で漬けて食べるスタイルです

学校給食は食育に触れるの一環という考えのもと、刈谷市の地場産物を知ってもらうと奮闘しています。刈谷産大豆は食べやすいよ

和食が支持される刈谷市の産物にもひと手間を

う、野菜たっぷりのかき揚げに。パスタソースにひきわりにした大豆を混ぜることもあります。切り干し大根を中華風サラダやごま酢で和え、味に変化を付けるなど、さまざまな工夫をしています。レシピを紹介したビビンバ、カレーと並んで人気を誇るのが、いかフライのレモン煮です。1カ所で調理する配送センター方式では、揚げ物を熱々で食べてもらうことは困難。そのため、一度揚げたいかフライをレモン煮に軽く浸すメニューを考案しました。

6月13日から食育給食 準グランプリメニューも登場

6月13日(月)〜17日(金)まで、ハンバーグのいちじくソースかけ、豆味噌を使う赤だし、にんじんご飯、東三河郷土料理の八杯汁、刈谷市産大豆と野菜のかき揚げなど学校給食に地域色を生かしたメニューが登場する食育週間が始まります。

6月15日(水)に予定されている「愛知の恵みたっぷり! あんかけ元氣うどん!!」。刈谷市が行った「令和3年度料理コンテスト準グランプリ作品」をベースに、栄養教諭のみなさんが学校給食用にアレンジ。ニンジン、玉ねぎ、ナスなどの地元野菜の上に、食べやすいよう餡をかけます。野菜と一緒にカットした黄桃も入っていて、食感や味のアクセントに。子どものアイデアをもとに試作を繰り返した自信作です。



左から栄養教諭の金山さん、竹内さん、二村さん。所長代理の加藤さん



上) 朝8時頃から、60人のスタッフが調理を開始します 下) 肉じゃがの仕込み中。じゃがいもは1個ずつ包丁でカットします

家庭で作ってみよう!

人気のビビンバ

刈谷市の学校給食が誇る人気メニュー、切り干し大根ビビンバ。ごまの香り、にんにくが入りますが低学年でも食べやすい味付けです



- 材料(4人分)
- 牛肉または豚肉(もも) 160g ●切り干し大根 8g ●酒 大さじ1
 - にんにく 1かけ ●油 小さじ1・1/2 ●チンゲンサイ 1把 ●もやし 100g ●干しシイタケ 4g ●しょうゆ 大さじ1・2/3 ●砂糖 大さじ1
 - ごま油 小さじ1 ●黒ごま 大さじ1/2 ●コチュジャン 適量

- 作り方
- 1 干しシイタケは水で戻し、細切りにしておく
 - 2 切り干し大根はよく洗って水気を絞り、3cmくらいに切る
 - 3 肉は5mm程度の細切りにして酒を振っておく
 - 4 にんにくをすりおろす
 - 5 チンゲンサイ、もやしを茹で、絞って水気をとる。
 - 6 フライパンに油をひき、にんにく、肉、コチュジャンを炒める
 - 7 干しシイタケを炒め、砂糖としょうゆを加える
 - 8 チンゲンサイ、もやしを加えて混ぜる。最後に黒ごま、ごま油を入れ混ぜる