



特集

おいしいを届ける

常陸大宮市の学校給食

学校給食には、子供たちの体づくり、食育、集団行動などさまざまな役割があります。今月号の特集では、常陸大宮市の学校給食に関する取り組みや学校給食には欠かせない栄養士・調理員の仕事、小中学校に給食が届くまでの工程をご紹介します。

問 常陸大宮市学校給食センター TEL 53-3394

令和3年に新しくなった学校給食センター

鷹巣地区の大宮第一中学校跡地に新たに常陸大宮市学校給食センターを建設し、令和3年4月から稼働が始まりました。

現在、常陸大宮市には、給食センターが2か所あります。常陸大宮市学校給食センターから大宮地域、緒川地域、御前山地域に約2,300食を、山方学校給食センターから山方地域、美和地域に約400食を提供しています。また、今後の児童生徒数の推移を考慮し、常陸大宮市学校給食センターでは、最大約2,500食が調理可能になっています。



常陸大宮市学校給食センター

令和4年度から「オーガニック給食化」の取り組みを開始

令和4年度は、農薬や化学肥料不使用で栽培された野菜約4トンを学校給食に取り入れました。今年度も、使用頻度が高い、ニンジンなどの根菜類や、コマツナなどの葉物類を中心に、可能な限り、農薬・化学肥料不使用で栽培した野菜を使用しています。

さらに、令和5年11月6日からは、農薬・化学肥料不使用の米の提供を開始しました。生産者が「実がふっくらとして良い出来だ」と自信を持って話した米は、給食でも、子供たちに大好評です。

今後は、米は有機米100%、野菜は品目や使用回数を増やすことを目指して取り組んでいきます。



11月6日、市内の小中学校で初めて農薬・化学肥料不使用の米を提供しました。子供たちは、「つやつやしている」「甘味があっておいしい」とご飯を頬張っていました。

栄養バランスの整った
おいしい給食を食べてほしい……！

学校給食を支える 栄養士・調理員

栄養バランスだけでなく おいしさや旬を考えたメニュー

常陸大宮市の給食は市の管理栄養士1人、栄養士2人、茨城県の栄養教諭2人が在籍し、おいしく、栄養バランスのとれた給食を考えています。

給食の献立は約2か月前に立てられます。文部科学省で定めている「学校給食摂取基準」を満たすよう栄養バランスを整えるのはもちろんのこと、季節のイベントや食材の旬を踏まえた献立を考えています。6～7ページで紹介している冬至給食のほか、クリスマス給食ではクリスマスケーキや鶏肉のハーブ焼き、冬休み明けの給食では紅白なますや雑煮など、子供たちに季節を楽しんでもらえるような工夫をしています。

食の専門家が知恵を出し合う 週に1回の給食づくり会議

献立は立てて終わりではなく、提供する前の週に作り方や食材量の打ち合わせも行っています。栄養士が考えた献立に、調理員の経験から食材量のバランスについて意見を出したりと、おいしい給食を提供できるよう、それぞれの専門的な視点から、よりよい給食を提供できるよう知恵を出し合います。

また、調理員や食材がどのような流れで動いていくのか工程表を作成し、打ち合わせで動きの確認を行っています。給食センター内は洗う前の野菜や、生の肉・魚などを扱う区域、食材に火を通したり、食缶への盛り付けを行う区域が別れており、極力、区域をまたがないよう、調理員の動きを事前に考えています。



1 学校給食センターの調理員の皆さん。現在は調理員28人で約2,300食を作っています。
2 週に1回、次週の給食の作り方などを打ち合わせする様子。調理時に迷いなくスムーズに行えるよう、食材や調理員の動きなどを確認しています。
3 調理員全員の動きがまとめられた工程表。誰がどのように動くか、詳細に書かれています。

善意をありがとう

11月10日に農事組合法人奥久慈しゃも生産組合様から奥久慈しゃも肉35kgのご寄付をいただきました。「奥久慈が誇る地鶏の最高傑作である『奥久慈しゃも肉』をぜひとも子供たちが食べる学校給食の食材として使用していただきたい」との思いでいただいた奥久慈しゃも肉は、11月24日の給食で混ぜご飯として、市内の小中学生に提供しました。



▲11月24日の給食で提供した奥久慈しゃも肉の混ぜご飯



▲(右) 農業法人奥久慈しゃも生産組合 益子実津雄代表理事

給食が届くまで

令和5年12月21日に提供した冬至給食が給食センターでどのように作られ、小中学校に届くのか、その裏側に密着しました！

1 7:00 ~ 9:00 野菜の納品・下処理

給食作りは、小中学生に給食が届く約5時間前から準備が始まります。使用する生鮮食品は、当日7時ごろに給食センターに届けられ、数量や状態を確認します。その後、野菜は野菜類下処理室で洗浄し、人の手で食べやすい大きさにカットしていきます。野菜や果物の洗浄は、加熱するものは3回、生で食べるものは4回、シンクを変えて洗浄します。また、洗浄にはオゾン水を使用したりと、安全な給食を届けるため、徹底した衛生管理を行っています。



2 8:00 ~ 9:00 肉類の納品・下処理

肉も野菜などと同じく、量や状態を確認し、除ききれなかったスジを取り除いてから調理します。肉、魚、卵などは、野菜類と別の下処理室で処理し、調理されるまで一緒になることはありません。また、下処理したものは、前後両方が開く「パススルー冷蔵庫」を通して、調理室に運ばれます。



3 9:00 ~ 10:30 調理開始

食材の下処理が完了した9時ごろに調理がスタートします。給食調理では、大量調理ならではの機械を使い、一気に作り上げられます。



▲冬至給食の主役であるほうとう汁は「回転釜」と呼ばれる大きな鍋を3つ使って調理しました。



◀主菜となる揚げ物は「連続フライヤー」と呼ばれる、食材を金網のコンベアに挟み、油の中を移動させながら揚げ調理を行う機械を使っています。

▶給食に彩りを添える副菜は和え物調理室で調理されます。大きなボウルには、ハンドルがついており、ボウルの角度を自由に操作することができます。



5 12:10 各学校で給食の時間

※給食時間は学校ごとに異なります。

12月21日
冬至給食

ご飯
牛乳
ニシン竜田揚げ
磯香和え
ほうとう汁



おいしい給食に
思わず笑顔……！



待ちに待った給食、
勢いよくいただきます！



友達と一緒に食べる
給食の時間は、
おいしくて楽しい！

4 10:40 検食・配送



給食が出来上がったら、給食センター職員が検食をし、安全性を確認した後に、各学校に配送します。トラックに積み込むときには、給食に異物が入らないよう、トラックと配送口を密着させる専用のシェルターが設けられています。

6 15:00 ~ 食器の洗浄

小中学校での給食が終わると、使用した食器や食缶が給食センターに戻ってきます。給食センターで使用している食洗機は、届いた食器をかごから取り出すことなく、かごときれいに洗浄することができます。給食センター建て替え前に使用していたものと比べ、大幅な省エネと職員負担軽減を実現しました。



注目ポイント①

大量調理でも「おいしい一手間」は外さない！

ほうとう汁で使う油揚げの油抜きや、汁物の調理中に出たアクのアク取りなど、大量に作る学校給食調理でも、子供たちにおいしく食べてもらうための一扱いは欠かしません。



▲油揚げの油抜き



▲ほうとう汁のアク取り

注目ポイント②

火の通りは温度計で確認！

大量調理の基準にそって、食材の中心の温度が75度以上の状態を1分以上キープするよう加熱をします。できあがった料理は何回も温度を測り、75度以上になっていることを確認してから、食缶に移され、各学校に運ばれていきます。



給食センターのここがすごい！

炊飯施設併設でバリエーション豊かなご飯が提供可能に！

多くの自治体では、給食センターと別の場所で炊飯し、お弁当箱に詰められたご飯が小中学校へ直接配送されていますが、常陸大宮市では、給食センター内に炊飯施設が導入されています。給食センター内に炊飯施設があることで、5ページにて紹介した奥久慈しゃもを使った炊き込みご飯のほか、ピラフ、チャーハンなど、いろいろなアレンジご飯を提供することができ、バリエーション豊かな給食が提供可能になっています。



▲全長10mにもなるガス式コンベアを流れながら、
ご飯が炊き上がっていきます。