



# 給食だより



平成23年5月  
仙台市立館中学校 給食室

若葉の緑が日々深みを増し、風薫るさわやかな季節になりました。色とりどりの花々も目に鮮やかですね。新学期がスタートしてもうすぐ1ヶ月。緊張が少しほぐれホッとすると同時に、季節の変わり目で疲れが出やすい時期です。生活のリズムを整えて、栄養・休養・睡眠をしっかりととりましょう！

## 完全給食が始まります

館中学校給食室は幸いにも、地震の影響をほとんど受けませんでした。床に多少のひび割れがおきましたが、4月中に修繕していただき、施設内の安全点検も無事に完了しました。給食室内や器具類の洗浄・消毒作業も終え5月より完全給食ができる状態です。

給食物資の流通もほぼ回復してきましたが、まだまだ手に入らない食材や値上がりした食材が多くあります。例えば、気仙沼・石巻産魚介類や練り製品、海藻類は全く入手することができません。三陸産のわかめを使用しているわかめごはんも、しばらく提供できません。

また、県内の学校給食のパンを製造している工場も、被災地の学校の簡易給食等に優先的に対応するために製造できるパンを数種類に限定している状況です。食パンはスライスしたり、2枚ずつ包装したりと製造に手間がかかるのでしばらくの間製造しないことになりました。ですから、館中学校でも食パンが提供できなくなりました。その分コッペパンの使用頻度が高くなる終えません。パンの大きさも、いつもよりも一回り小さいものしか提供できなくなってしまいました。パン工場の限定生産は7月まで続く予定です。

できる限り、安全でおいしい給食、そして栄養摂取基準を満たした給食を考えていきたいと思いますが、ご理解とご協力をよろしくお願いいたします。

## 給食回数と給食費について

給食回数は、行事などにより学年ごとに異なります。給食費は食材費のみに使われます。光熱水費・消耗品費・人件費などは公費負担です。米・パン・牛乳などは国や各団体の補助を受け安く購入しております。

4月に行われた簡易給食と5月からの完全給食では単価が異なります。

	簡易給食の 一食単価	簡易給食の 回数	完全給食 一食単価	完全完全給食の 回数	年間合計金額	集金額
1年	106円	9回	268円	160回	43,834円	43,834円
2年		9回		156回	42,762円	41,958円
3年・かえで		9回		146回	40,082円	39,278円

※2年・3年・かえでの生徒の給食費は、3月の震災のために給食が実施できなかった3回分(268円×3日=804円)を引いた金額を集金します。

## 給食委員会の活動が始まりました

先日の給食委員会で委員長・副委員長・書記が決まりました。給食の時間がスムーズに行えるように配膳・下膳の手伝いや給食備品の管理などを行います。

# 館中の給食紹介

## 学校給食摂取基準（中学生1人1食あたり）



一日の食事摂取基準の約1/3がとれるようになっています。成長期に特に大切なたんぱく質やカルシウムや家庭で不足しがちなビタミン類は1/3よりも多くとるように心がけています。

エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	カルシウム (mg)	鉄分 (g)	ビタミンA (μgRE)	ビタミンB <sub>1</sub> (mg)	ビタミンB <sub>2</sub> (mg)	ビタミンC (mg)
850	28	400	4	210	0.6	0.6	25

### 献立について

#### ごはん



県内産の「ひとめぼれ」一等米を使っています。週3回（月・火・木）で、宮城総合給食センターから届きます。

#### パン



無漂白の学校給食用小麦粉を使い、保存料などの添加物は使用していません。県内産小麦「ゆきちから」が20%配合されています。人気の米粉パンの米粉は宮城県産の「まなむすめ」100%です。週2回（水・金）、宮城協業組合名取工場から届きます。20種類以上のパンの中から献立に合わせたパンを出します。

#### めん

うどん・スパゲティ・ラーメン・焼きそばなどを出します。一食分に十分な量の麺類を調理することができないので、パンを組み合わせて出します。

#### 牛乳



200ml入りで県内産の牛乳です。山田乳業から届きます。

#### おかず

季節の食材を使い、煮物・焼き物・揚げ物・和え物・汁物などを主食（ごはん・パン）に合わせて作ります。季節の果物やヨーグルトなども出ます。行事食や郷土料理等も積極的に取り入れています。

### 衛生管理について

#### 調理員の健康チェック

毎朝、調理員の健康状態をチェックして、記録しています。また、毎月2回の検便検査を実施しています。

#### 安全な食品選び

できる限り国産のものを使用しています。

また納品時には、産地、賞味期限、品質、品温等を細かくチェックしています。

#### 温度管理

果物とミニトマト以外ものは、すべて80℃以上に加熱をしています。サラダを作るときも野菜をすべて80℃以上に加熱してから20℃以下に冷やしています。

### 給食室のスタッフが変ります



5月より、技師の阿部雅美さんが加茂中学校に異動になり、新しく根白石中学校より砂澤美樹さんがいらっしやいます。

どうぞよろしくお願ひいたします。

館中学校では、6年3ヶ月お世話になりました。生徒の皆さんの「ごちそう様」「美味しかったです」の声を聞くのがいつも楽しみでした。

今回、加茂中学校へ転勤することになりましたが、これからもみなさんの活躍をかげながら応援しています。

阿部雅美