

特集 **地産地消** でおいしい給食



スパテラ (混ぜる道具) を  
持ってみよう



誰でも参加できる学校給食試食会

黒い袋に入った野菜は何かな？  
形や香りをヒントに中身を当てよう！



栄養教諭による食育の授業

**学**  
ぶ

市では、食の大切さを学ぶ授業や学校給食の試食会などを行っています。イベントに参加したり、実際に料理を作ったりして、家族と一緒に地産地消など食の大切さについて考えてみませんか。



子どもたちが考えた  
献立が給食に登場！

旬の食材などを使った献立作りに挑戦



しっかり食べたね

つやま東幼稚園年長児の食育センター見学

応募しよう！

**夏休みレッツチャレンジクッキング！自分でできるよ♪朝ごはん**

朝ごはんにぴったりのレシピを募集します。

**対象** 津山市立の学校に通う小学5年～中学3年生

**応募方法** 応募用紙（7月に学校で配布）に必要事項を記入し、料理の写真（絵も可）を添えて在学中の学校に提出する

**締め切り** 9月4日(水)

※応募者全員に参加賞を贈呈。応募作品は10月12日(土)～14日(月・祝)に津山市地域交流センター（アルネ・津山4階）で展示予定

**オススメ地産地消給食メニュー**

**白身魚の津山産しょうがだれかけ**



**【材料（4人分）】**

白身魚(ホキ、タラなど)の切り身…4切れ、片栗粉…大さじ2、油…適量、ショウガ…小さじ2分の1、ネギ…10g、A(濃口醤油…大さじ1、砂糖…大さじ1、みりん…小さじ1、酒…小さじ1)

**【作り方】**

①白身魚に片栗粉をまぶす。②フライパンに油を多めに敷き、両面をこんがりするまで焼く。③ショウガをすりおろし、ネギを小口切りにする。④小鍋でAを煮立て、③を加えて軽く火を通す。⑤器に②を盛り、④をかける。

学校給食のおすすめの献立は、市ホームページ (<https://www.city.tsuyama.lg.jp/life/index2.php?id=6617>) や津山市公式クックパッド (<https://cookpad.com/kitchen/21155450>) で紹介しています。ぜひ、作ってみてください。

学校給食の味を  
おうちで再現！

一人ひとりの笑顔を思い浮かべて作っています。容器が空になって返ってくると、とてもうれしいです



総括責任者 石原小春さん(右側)  
班長 清水絃冬さん(左側)

戸島学校食育センター

給食には、地域で採れた野菜がたくさん入っています。野菜の旨みで味がおいしくなるので、余計な調味料は使いません。使う時期などによって水分の量や食感が異なり、味も変わるので、状態に合わせて切り方や加熱時間を変える工夫をしています。キャベツなどの葉に虫や土が付いていないか一枚ずつ確認しながら洗う作業はとて大変ですが、農家の皆さんの気持ちがかもっているので大切に調理しています。安全でおいしい給食を届けられるよう頑張ります。

草加部学校食育センター

食材は、小学1・2年生の口の大きさに合うよう、献立によって厚みや大きさなど切り方を変えています。クリスマスにはニンジン星型に、春には桜型に形抜きすることもありますが、手作業なのでとても大変ですが、子どもたちが楽しく食べている姿を思い浮かべて頑張っています。給食週間に子どもたちからもらうお礼のメッセージは励みになります。給食を通して、地域のおいしい食材や献立を知る「食の体験」をたくさんしてほしいです。

苦手な食材でも食べやすいよう工夫しているので、残さずたくさん食べてね



統括責任者 間庭哲弘さん(左側)  
業務責任者 神田知子さん(右側)

届いた食材が学校に出発するまで

アレルギー対応の給食は、専用の部屋で小さい鍋などを使って作っています



収穫された地域の食材がセンターに届きます



野菜は、水槽で一つひとつ3回以上洗います



一度に1000人分の量を調理できる大きな釜などで作ります



保温容器などをコンテナに載せ、小・中学校に向けて出発します



わたしたちが学校に運んでいます

**作**  
る

1日当たり約9100食の学校給食を、戸島と草加部の2つのセンターで調理し、市立の小・中学校に配送しています。地域の食材をどのように調理しているか、調理員の皆さんに聞きました。