

# 中学校給食モデル事業 報告書



茅ヶ崎市教育委員会  
教育総務部学務課

令和5年3月

## 目次

1. 事業の目的	.....	1
2. 対象校及び実施期間	.....	1
3. 給食の実施内容の概要	.....	1
4. 調理等業務委託事業者	.....	1
5. 事業の主な流れ	.....	1
6. 献立内容	.....	3
7. 実施食数	.....	5
8. モデル事業実施日のタイムスケジュール	.....	5
9. 献立コンテスト	.....	5
10. 配膳から下膳までの時間の推移	.....	7
11. 残食量調査	.....	8
12. アンケート調査結果	.....	8
13. 学識者からの意見	.....	12
14. 検証	.....	13
15. 資料集	.....	19

## 1. 事業の目的

選択制デリバリー方式による中学校給食の実施にあたり、安全で安心な給食であることは当然ながら、よりおいしい給食を提供していくことが喫食率を高めていくためには不可欠であり、生徒や保護者のニーズを把握する必要がある。モデル校にてデリバリー給食をプレ事業として実施し、配膳・下膳や日課への影響をはじめとする学校運営への課題を顕在化させることにより、今後の仕様内容策定や配膳室整備等の検討につなげる。

## 2. 対象校及び実施期間

学校名	実施時期	学級数	生徒数	教職員数
円蔵中学校	令和4年10月24日(月)から 10月28日(金)まで	14	345	37
萩園中学校	令和4年11月14日(月)から 11月18日(金)まで	12	412	35

## 3. 給食の実施内容の概要

- 学校給食摂取基準に基づき市が作成した献立を、委託先の民間事業者が調理し、弁当箱方式による給食として提供。
- 主食(ごはん・パン)、おかず(3品程度)、汁物、牛乳による完全給食として実施。ごはん及び汁物については、蓄温材を使用し温かい状態で提供。
- 食物アレルギーや宗教上の理由による代替食は用意せず、喫食できない献立の日には、家庭からの弁当の持参を依頼。
- 箸やスプーンなどの食具は、家庭からの持参を依頼。
- 事業に必要な経費は全額、市が負担。事業の終了後、生徒・保護者を対象にアンケート調査を依頼。

## 4. 調理等業務委託事業者

ハーベスト株式会社 代表取締役 脇本 実  
湘南工場(綾瀬市吉岡東2-7-5)  
1食あたり単価605円(食材費330円含む)

## 5. 事業の主な流れ

時期	内容
令和4年 3月1日	● 施政方針において、モデル事業の実施が公表される
3月3日	● 中学校長会にてモデル事業実施への協力を要請

3月10日	● 円蔵中学校を訪問、モデル校の内諾
3月11日	● 萩園中学校を訪問、モデル校の内諾
4月	● 両校と実施期間の調整
5月10日	● 保護者宛て通知の発出 モデル事業の実施と協力依頼、実施時期について案内
5月12日	● 中学校長会にてモデル校決定の報告
6月	● 調理等業務委託の指名競争入札の執行 入札開札日 6月29日 契約日 7月5日
7月	● ハーベストと調理・配送の打ち合わせ
8月	● 献立の立案、作業指示書の作成 ● 両校と献立コンテストや運用体制について調整
9月12日	● 保護者宛て通知の発出 調理等業務委託事業者の決定、アレルギー方針（代替食の提供無しなど）について案内
9月22日	● 中学校長会にてモデル事業の実施概要を説明
10月4日	● ハーベスト綾瀬工場視察
10月7日	● 円蔵中学校の全家庭へ給食だよりを配付
10月12日	● 円蔵中学校の配膳室準備
10月14日	● 喫食状況確認書の提出期限（円蔵中学校） その後、随時学務課より保護者へアレルギー状況等確認の電話
10月21日	● 円蔵中学校実施前最終確認
10月24日 ～28日	<b>【円蔵中学校でのモデル事業実施】</b>
10月28日	● 萩園中学校の全家庭へ給食だよりを配付
11月2日	● 円蔵中学校との事業振り返り、萩園中学校への申し送り事項確認
11月7日	● 喫食状況確認書の提出期限（萩園中学校） その後、随時学務課より保護者へアレルギー状況等確認の電話
11月11日	● 萩園中学校の配膳室準備、実施前最終確認
11月14日 ～18日	<b>【萩園中学校でのモデル事業実施】</b>
12月	● モデル校との事業振り返り ● 文教大学栄養学部渡邊准教授との事業振り返り・助言

## 6. 献立内容

献立は文部科学省の学校給食摂取基準に基づいて作成しました。これは、中学校2年生が昼食である学校給食において摂取が期待される栄養量を勘案し定められたものです。

### ① 円蔵中学校

日付	献立名	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂質 (g)	塩分 (g)
10月 24日 (月)	ごはん 牛乳 さわらのたっぷり野菜あんかけ ★肉じゃが ★海藻サラダ 大根と油揚げのみそ汁	862	33.2	25	2.6
25日 (火)	揚げパン 牛乳 秋野菜とニョッキのクリーム煮 ポークジンジャー ツナコーンサラダ コンソメジュリエンス	837	33.8	31.1	3.7
26日 (水)	ごはん 牛乳 鮭のレモンしょうゆ焼き 豚肉と厚揚げの香ばしみそ炒め しらすのナムル かきたま汁	801	37.7	25.4	2.9
27日 (木)	★ビビンバ 発酵乳(マスカット) ★こんにゃくチャプチェ ★大学いも わかめと豆腐のスープ くだもの(冷凍パイ)	884	29.3	25.1	2.8
28日 (金)	ごはん 牛乳 ★季節のドライカレー ★チーズパン粉焼き※1 付けあわせ(キャベツ) ★にんじんナムル ABCスープ	852	35.3	26.9	2.4

★がついている献立は、献立コンテスト(後述)にて生徒が考案したものです。

※1 献立名(原案)はパン粉焼きですが、調理の兼ね合いにより、揚げたものを提供。

② 萩園中学校

日付	献立名	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂質 (g)	塩分 (g)
11月 14日 (月)	ごはん 牛乳 手作りあじフライ ★そぼろ大根 ★ひじきの炒り煮 玉ねぎとじゃがいものみそ汁	866	38.9	25	2.6
15日 (火)	ごはん 牛乳 ★タッカルビ ★韓国風かむかむナムル ★大学いも わかめと豆腐のスープ	842	26.9	23.4	1.9
16日 (水)	ココア揚げパン 牛乳 秋野菜とニョッキのクリーム煮 ポークチャップ ビーンズサラダ コンソメジュリエンス	860	34.2	36.2	3.4
17日 (木)	ごはん 牛乳 ★肉みそおでん 鮭のからあげ ★無限えのき すまし汁	871	35.9	26.5	3.2
18日 (金)	★カレーライス 発酵乳 チーズチキンカツ ★ほうれん草とベーコンのソテー ★ゆで野菜サラダ くだもの(冷凍パイ)	898	33.6	24.5	2.3

★がついている献立は、献立コンテスト(後述)にて生徒が考案したものの。

7. 実施食数

円蔵中学校	
24日(月)	386食
25日(火)	386食
26日(水)	386食
27日(木)	397食
28日(金)	396食
合計	1,951食

萩園中学校	
14日(月)	466食
15日(火)	466食
16日(水)	466食
17日(木)	466食
18日(金)	466食
合計	2,330食

総食数 4,281食

※食数には視察者の食数や予備食を含む

8. モデル事業実施日のタイムスケジュール

(萩園中学校における代表的なもの)

	配膳員	中学校
10:30	出勤・身支度	
10:45		
11:00	牛乳数え 消毒作業	
11:15		
11:30	給食到着 荷受け	
11:45		
12:00	検食対応	校長検食
12:15		
12:30	配膳準備	
12:45		4校時終了 配膳・喫食
13:00	配膳対応	
13:15		下膳
13:30	下膳対応 返却準備	5校時
13:45		
14:00	委託業者へ 返却対応	
14:15	配膳室清掃	
14:30	退勤	

9. 献立コンテスト

モデル事業の機会を捉え、単に給食を食べるだけでなく、食育の場として活用することを目的に、生徒を対象に献立コンテストを実施。

## (実施概要)

タイトル	わたしが考えるオンリーワン給食！		
応募内容	栄養バランス・旬の食材・地産地消・苦手な食材をおいしく食べるの4テーマから1つ以上選び、おかず（主菜・副菜）の献立を考案。		
作成条件	<ul style="list-style-type: none"> <li>● おかず（主菜・副菜）の献立が立てられていること</li> <li>● 選択した応募内容に沿った献立になっていること</li> <li>● 加熱を基本とした献立になっていること（給食では基本的に生ものは提供しない）</li> <li>● 大量調理が可能で、お弁当容器に入りきる献立であること</li> <li>● 重篤なアレルギー症状に至りやすい、「アーモンド・カシューナッツ・くるみ・落花生」、「そば」、「かに」、「キウイフルーツ」が使用されていないこと</li> </ul>		
応募人数	円蔵中学校 2年生 105人 萩園中学校 3年生 157人		
実施結果	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 献立として実現が可能なものについて、実際に給食として提供</li> <li>● 応募した生徒に対しノベルティとして学校給食キャラクター「ちがさきバランスキッズ」のステッカーを配付</li> <li>● 各テーマで献立に採用された生徒に対し、カンバッチを贈呈</li> </ul>		
実現した献立	実施日	献立名	採用人数
	10月24日	肉じゃが	9人
		海藻サラダ	2人
	10月27日	ビビンバ	1人
		こんにゃくチャプチェ	1人
		大学いも	7人
	10月28日	季節のドライカレー	3人
		チーズパン粉焼き	1人
		にんじんナムル	1人
	11月14日	そぼろ大根	2人
		ひじきの炒り煮	14人
	11月15日	タッカルビ	2人
		韓国風かむかむナムル	3人
		大学いも	4人
11月17日	肉みそおでん	1人	
	無限えのき	2人	
11月18日	カレーライス	6人	
	ほうれん草とベーコンのソテー	6人	
	ゆで野菜サラダ	12人	

10. 配膳から下膳までの時間の推移

	実施日	クラス	授業終了	配膳室 到着	配膳開始	いただき ます	喫食まで 所要時間	喫食時間	ごちそう さま	返却完了
1	10/24	1-3	12:40	12:45	12:51	12:55	0:13	0:20	13:15	13:25
2		2-3	12:40	12:47	12:51	12:55	0:10	0:15	13:10	13:21
3	10/25	3-3	12:40		12:48	12:53	0:10	0:26	13:19	13:22
4		7組		12:38		12:47		0:18	13:05	13:16
5	10/26	3-3	12:40	12:42	12:44	12:51	0:11	0:14	13:05	13:17
円蔵中学校での計測値平均							0:11	0:18		
6	11/14	1-1	12:40	12:43	12:46	12:50	0:08	0:20	13:10	13:18
7	11/14	2-1	12:39	12:42	12:45	12:50	0:10	0:21	13:11	13:18
8		3-3	12:41	12:42	12:46	12:51	0:10	0:15	13:06	13:19
9	11/15	1-2	12:40	12:44	12:46	12:49	0:07	0:21	13:10	13:14
10		2-4	体育から直行		12:46	12:52		0:23	13:15	13:25
11		3-1	12:42	12:44	12:45	12:49	0:06	0:21	13:10	13:15
12	11/16	1-2	12:40	12:42	12:47	12:50	0:09	0:20	13:10	13:16
13		2-4	12:40	12:43	12:47	12:53	0:12	0:22	13:15	13:25
14		3-2	12:40	12:42						13:18
15	11/18	1-3	12:40		12:48	12:51	0:09	0:19	13:10	13:18
萩園中学校での計測値平均							0:08	0:20		

※1～5番は円蔵中学校、6～15番は萩園中学校

## 11. 残食量調査

萩園中学校において、一部の日程で残食量調査を実施した。

	主食	汁物	おかず
11月14日(月) ごはん、手作りあじフライ、そぼろ大根、ひじきの炒り煮、玉ねぎとじゃがいものみそ汁	7.78%	5.32%	22.51%
11月15日(火) ごはん、タッカルビ、韓国風かむかむナムル、大学いも、わかめと豆腐のスープ	5.98%	0.69%	13.81%
11月16日(水) ココア揚げパン、秋野菜とニョッキのクリーム煮、ポークチャップ、ビーンズサラダ、コンソメジュリエンス	2.96%	4.74%	17.36%
11月17日(木) ごはん、肉みそおでん、鮭のからあげ、無限えのき、すまし汁	10.35%	6.81%	10.75%

※残食率には、欠席等の生徒の欠食分も含めて算出される

## 12. アンケート調査結果

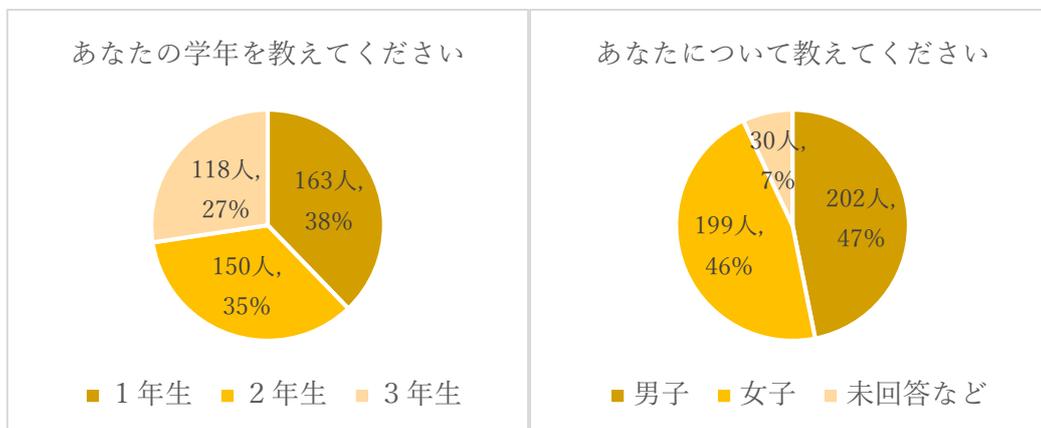
円蔵中学校及び萩園中学校の生徒及び保護者に対し、事業実施後にアンケート調査を実施した。

(回答者数)

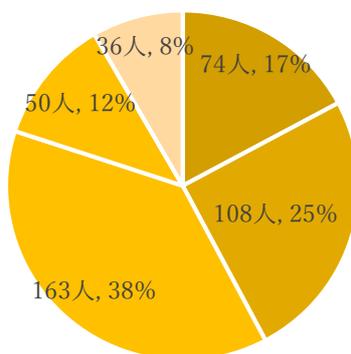
	円蔵中学校	萩園中学校	合計
生徒	220人	211人	441人
保護者	132人	181人	313人

(生徒回答)

円蔵中学校及び萩園中学校の回答を合算した集計とした。

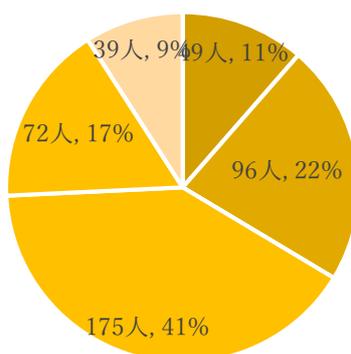


給食の量はどうか（ごはん、パン）



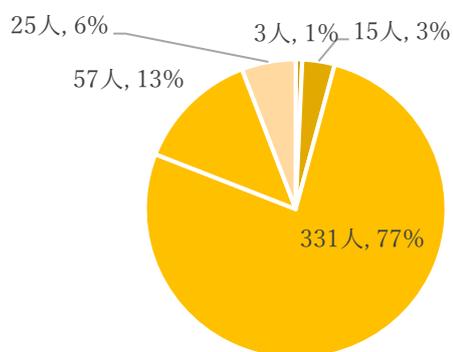
■ 多い ■ やや多い ■ ちょうど良い ■ やや少ない ■ 少ない

給食の量はどうか（おかず、汁物）



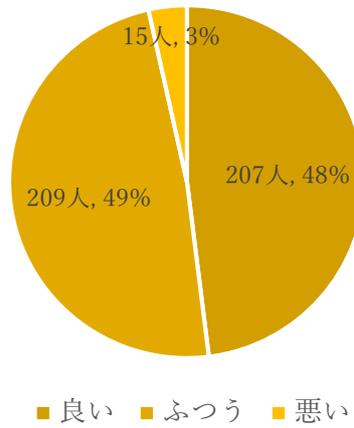
■ 多い ■ やや多い ■ ちょうど良い ■ やや少ない ■ 少ない

給食の味付けについてどのように感じたか教えてください

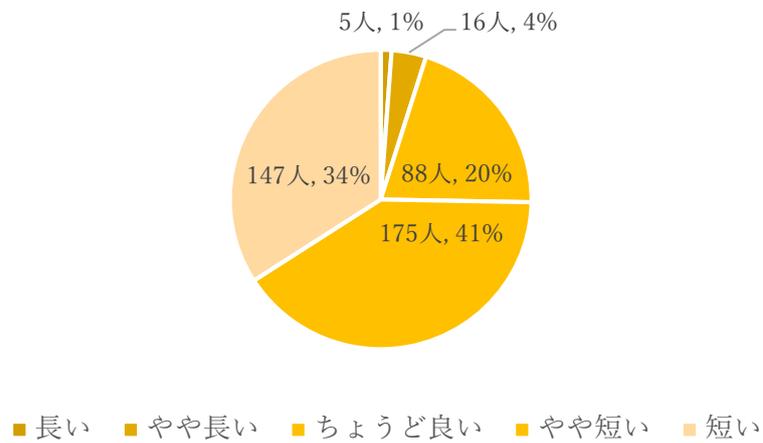


■ 濃い ■ やや濃い ■ ちょうど良い ■ やや薄い ■ 薄い

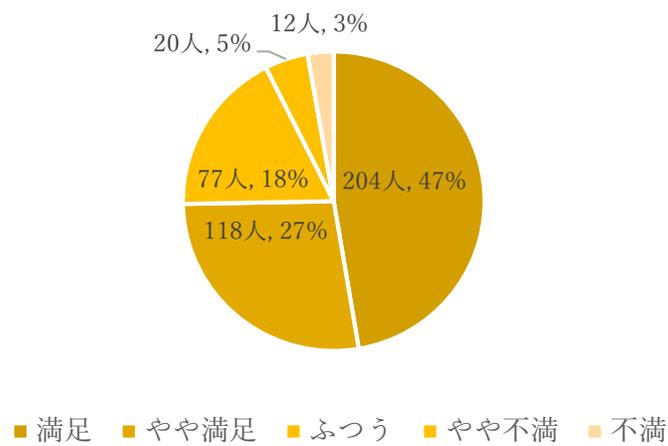
給食の彩りや盛り付けについてどのように感じたか教えてください



給食を食べる時間についてどのように感じたか教えてください

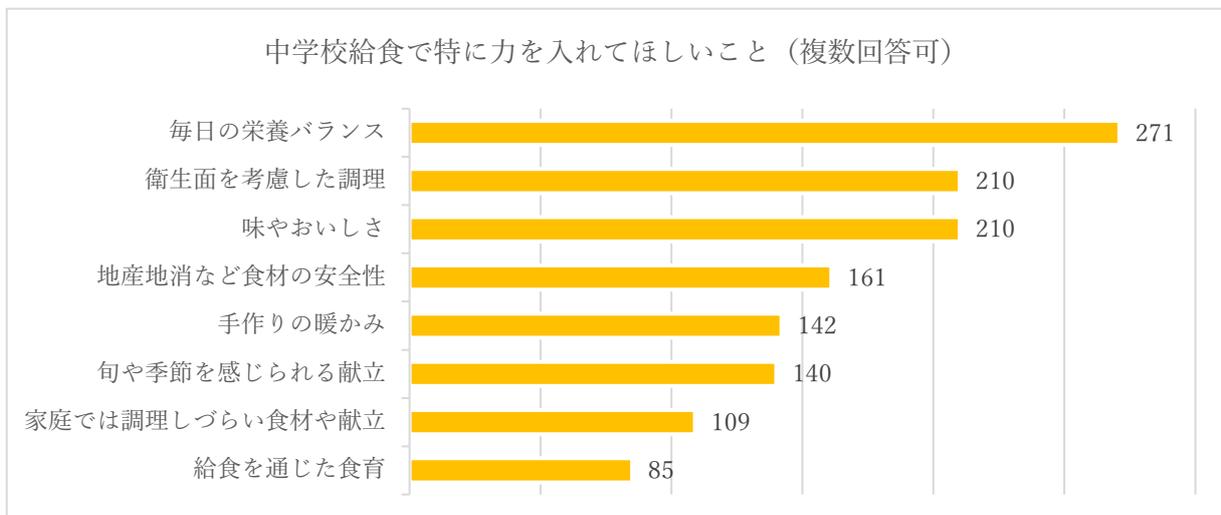
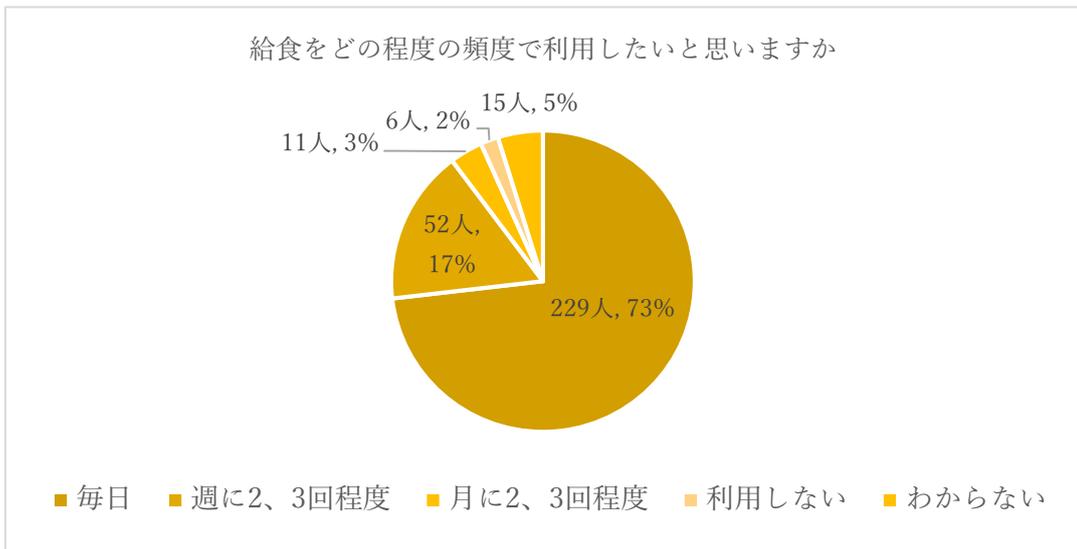
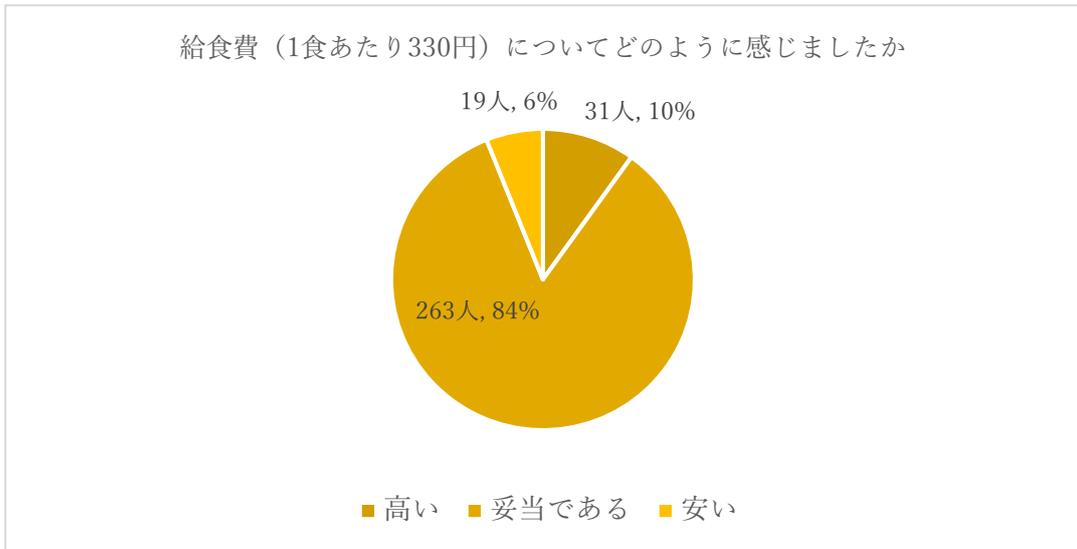


モデル給食に対する全体的な満足度について教えてください



(保護者回答)

円蔵中学校及び萩園中学校の回答を合算した集計とした。



### 13. 学識者からの意見

モデル事業及び中学校給食の実施に向け、学識者として文教大学健康栄養学部管理栄養学科 准教授 渡邊 美樹氏に意見を聴取した。

#### ● モデル事業に対する所見

生徒が配膳室から教室まで給食用のコンテナを運ぶことについて、校内動線と時間の調整が重要である。今回のモデル校では動線が優れており、円滑な運搬・配膳ができていた。

保温材の使用による温かいごはん・汁ものの提供は給食の最大の利点である。おかずについては、「衛生上の理由により温かい状態で提供されない」ことの説明と同時に、温かなくても美味しく食べられる献立を工夫するよう努めることが大切である。

アンケート結果から、事業への評価も高いと判断でき、今後は学校ごとの構造や食数をはじめとする諸条件に応じた工夫・対策を検討して進めていただきたい。

#### ● 中学校給食の実施に向けて

中学校給食は、成長期の終盤であると同時に義務教育として最後の時期であることから、将来に向けての食育の大事な機会である。また、家庭弁当の作り手である保護者の負担軽減などの観点からも、実現に向けて進んでいただきたい。

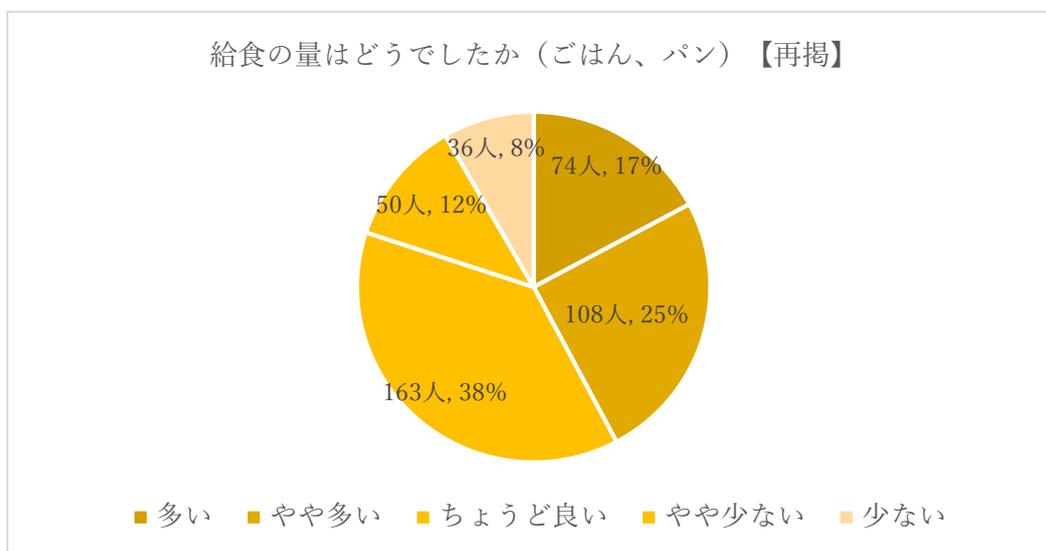
選択制による中学校給食の実施にあたっては、喫食率を高く保つことが欠かせない。一定水準を保てるような雰囲気づくりや説明等に努めていただきたい。喫食率を高めていく一方で、少食・アレルギーなどで「注文しない」ことへの批判・非難が出ないように配慮を欠かさないこと。

また、担任の先生をはじめ、教職員の協力が大切であり、先生方の影響力の大きさ、マンパワーに感謝しつつ協力を仰ぐため、①教職員が面倒・大変・負担と感ぜない体制づくりや、②食べるのが慌ただしくなりすぎないように、授業・学活・部活動との時間調整を行う必要がある。

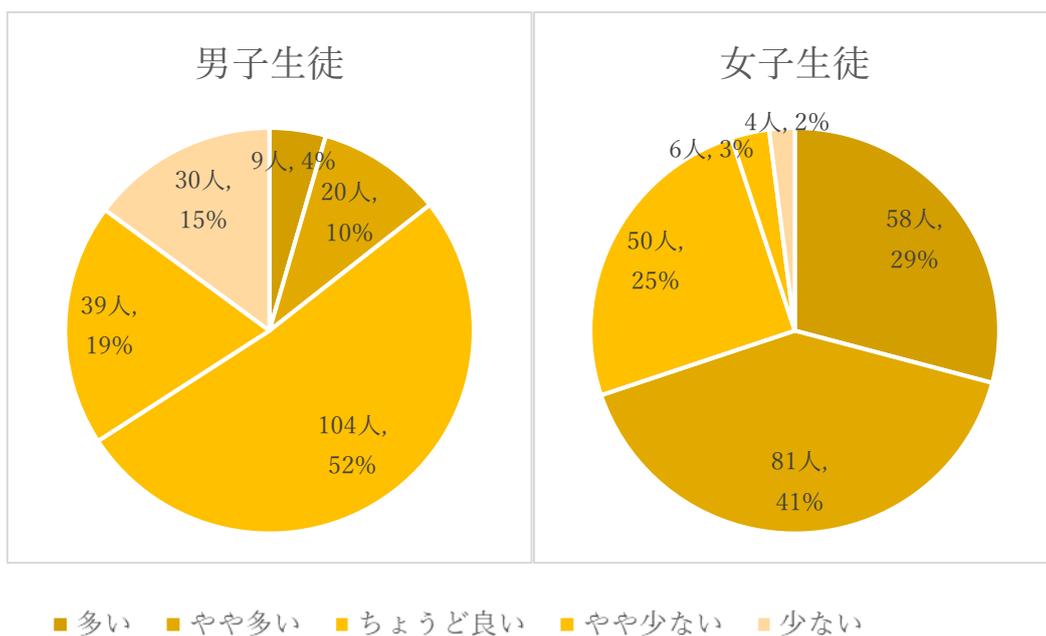
配膳係の当番制、おかわりルールなど、学級内での不公平感や事故のない仕組みづくりを整えていただきたい。

## 14. 検証

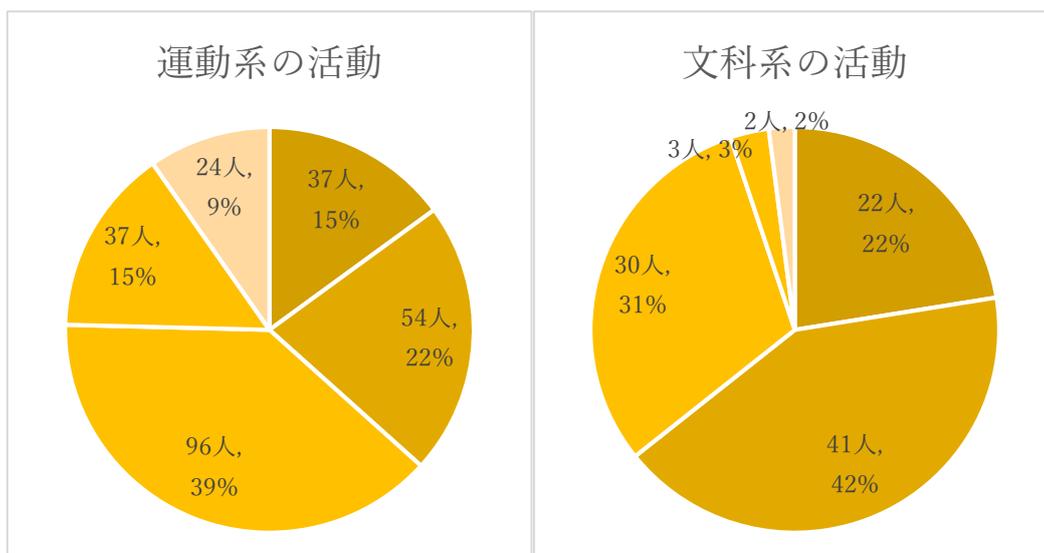
### ● 給食の提供量について



(男女による量の感じ方)

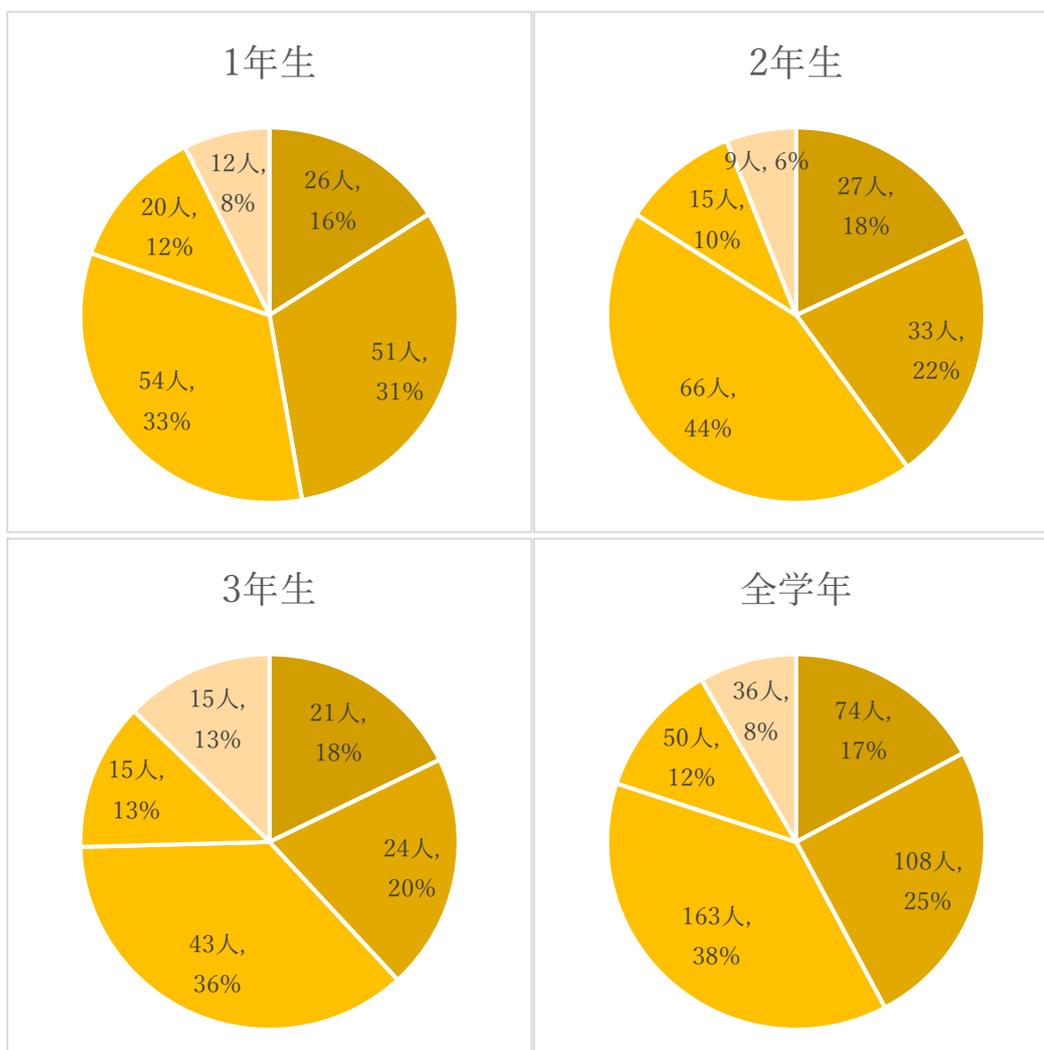


(放課後の主な活動(部活動)による量の感じ方)



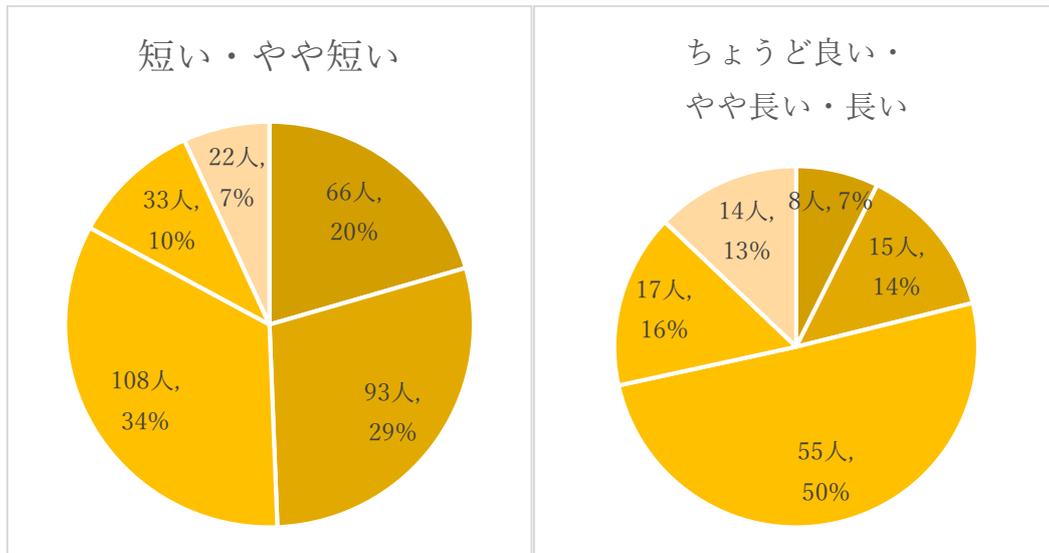
■ 多い ■ やや多い ■ ちょうど良い ■ やや少ない ■ 少ない

(学年による量の感じ方)



■ 多い ■ やや多い ■ ちょうど良い ■ やや少ない ■ 少ない

(喫食時間の感じ方による量の感じ方)



■ 多い ■ やや多い ■ ちょうど良い ■ やや少ない ■ 少ない

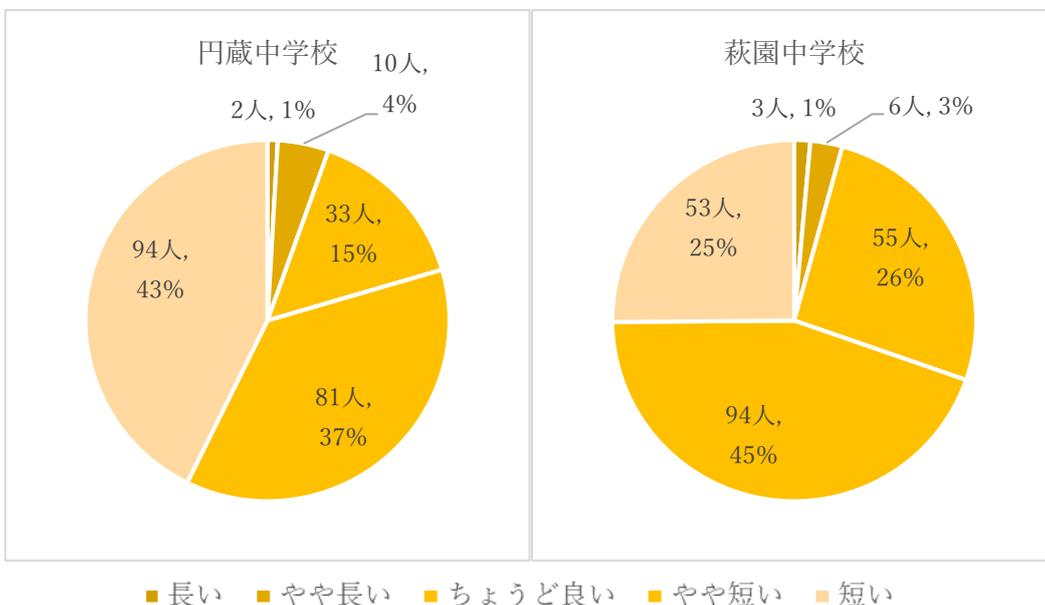
以上の集計により、男女による量の感じ方、放課後の主な活動（部活動）による量の感じ方に違いがみられました。

弁当箱方式による給食では、定められた栄養量が摂取できるように、盛り付け量を一定とする必要があります。一方で、個人により摂取が望ましい栄養量には差があることから、一定量の提供により過不足を感じることはやむを得ないものです。量が多いと感じた生徒に対しては、残すことを負担と感ぜないような声かけ等を行うことが重要となります。また、弁当容器の返却時には蓋を閉めてコンテナに戻すことから、残食の有無に他の生徒が気付きにくいなどの配慮が可能となります。一方で、量が少ないと感じる生徒には、モデル事業でも対応したように、主食のおかわり食をクラスに対し一定数確保することにより対応していくことが望ましいと考えられます。

以上のことから、個人によって量の感じ方に差はありますが、弁当箱方式による給食の実施を行うことは妥当と考えます。

● 喫食時間について

(給食を食べる時間についてどのように感じたか教えてください)



先行してモデル事業を実施した円蔵中学校に比べ、萩園中学校では給食を食べる時間について「短い」と答えた生徒が減り、「ちょうど良い」と答えた生徒が増えています。複合的な要因による結果ではありますが、円蔵中学校での経験等を萩園中学校で活かすことができたことが一つの要因であると考えられます。

例えば、円蔵中学校では給食の配膳係の生徒を固定したクラスと、日ごとに輪番で異なる生徒が担当したクラスがありました。その結果、係を固定したクラスでは配膳に慣れることで一定程度の時間短縮が見られた一方、日ごとに担当が変わることによりクラスの中で誰が配膳室へ行く必要があるかの確認等に時間を要した部分が見受けられました。

萩園中学校では1週間という期間の中で、より配膳時間を短縮するという観点で、配膳係を固定したことや、配膳室での受け渡しがスムーズとなるように教職員による誘導にご協力をいただいたことなどの対応により、喫食時間を一定程度確保することができたことから、アンケート結果にも反映されているものと考えられます。

全校での中学校給食実施にあたっては、週や月の単位で配膳係等を学級活動の中で割り振っていくことになると思われます。一連の流れに慣れることで時間の短縮が見込まれます。一方で、慣れによる時間短縮には限界があることから、十分な喫食時間を確保するため、日課の変更等も併せて考えていく必要があります。

● 保護者の意見等について

保護者に対するアンケート調査では、食材費として徴収する給食費の金額や、現時点で想定される給食の利用頻度、中学校給食で特に力を入れてほしいことなどを質問しました。

モデル事業においては食材費として近隣他市の相場と同程度である牛乳代を含めて330円で実施しました。84%の保護者が金額について妥当であると回答しており、給食の内容と負担額のバランスが取れているとの理解を得られたものと考えられます。

利用頻度については、73%の保護者が毎日利用したい、17%の保護者が週に2・3回程度利用したいと回答しています。茅ヶ崎市立中学校給食の実施方式のあり方では、想定喫食率について6割としていましたが、今回のアンケート結果ではそれを上回る数値となっていることから、中学校給食を待ち望む保護者が多いことがわかりました。

また、中学校給食で特に力を入れてほしいことについて、毎日の栄養バランスや、味やおいしさといった、給食そのものに対する意見が多く寄せられました。さらに、衛生面を考慮した調理や、地産地消など食材の安全性を求める意見も多く、保護者が重要視していることがわかりました。学校給食は、生徒の心身の健全な発達に資するものであることはもちろん、安全性を確保していくために学校給食衛生管理基準をはじめとした諸規範を遵守したうえでの給食提供を行う必要があります。

また、手作りの暖かみや、旬や季節を感じられる、日々の給食時間が楽しみとなるような魅力ある献立作成といった観点についても、学校給食の重要な目的の一つである食育の推進を図る意味でも重要な事柄であることが保護者へのアンケートからわかりました。

#### ● 献立について

円蔵中学校・萩園中学校の生徒を対象としたアンケート調査において、「モデル事業に対する全体的な満足度について」、74%の生徒より「満足・やや満足」と回答を得ることができ、「ふつう」と回答した生徒と合わせると92%となり、概ね好評のうちに事業を実施することができました。

提供する給食については、市の栄養士が作成した献立に基づき、民間事業者が調理する方式となっています。成長期にある生徒の心身の健やかな成長を考え、適切な栄養が摂取できることはもとより、旬の食材や様々な食文化に触れられるような献立内容であるなど、給食が日々の楽しみの一つとなり、生徒にとっては「食べたい」、保護者にとっては「食べさせたい」と思うような給食を目指し、今後も魅力ある献立づくりの研究を進めてまいります。

#### ● 配膳室の整備について

モデル事業を実施した目的のひとつである配膳室整備に向けては、配膳室での混雑を避け、階段や廊下等での交差が発生しないよう、生徒が教室と配膳室の間を手運びする校内動線を一方通行で確保することが配膳時間を短縮させていくには重要であることがわかりました。また、配膳室の入口部分での滞留を避けるため、扉の間口を広く取るような工夫が不可欠であり、これらを今後行う配膳室整備の設計に活かしてい

く必要があります。

各教室での配膳時に使用する配膳台についても、配膳室整備と並び今後の検討が必要な項目です。モデル事業で使用した配膳台は片袖机でコンテナを乗せる十分な長さがあり、スムーズな配膳が可能となりました。教室には配膳台を保管するスペースがないことから、給食以外の時間は同一階の空き教室に保管することとしました。しかしながら、学校によっては保管場所を確保できない状況であるため、中学校給食の実施に向けてはスペースをとらずに収納が可能なもので代用する必要があります。

中学校給食の実施にあたっては、配膳・下膳に際し多くの工程が伴うことから、生徒・教職員の理解・協力が不可欠となります。実施までの間、様々な機会を捉えデリバリー給食の理解を深めるための情報発信を行い、実施にあたって学校現場でのオペレーションが円滑になるような仕組みづくりを各校と連携して進めてまいります。

15. 資料集

○献立コンテスト応募用紙

## わたしが考えるオンリーワン給食！〔応募用紙〕

<p>献立テーマ (該当するものに○を してください。)</p>	<p><b>栄養バランス 旬の食材 地産地消</b> <b>苦手な食材をおいしく食べる</b></p>	
<p>生徒氏名</p>	<p>中学校 年 組</p> <p>(フリガナ) _____</p> <p>(氏名)</p>	
<p>主菜 (肉や魚などのおかず)</p>	<p>【献立名】</p>	<p>【材料】</p>
<p>副菜 (炒め物や煮物などのおかず)</p>	<p>【献立名】</p>	<p>【材料】</p>
	<p>【献立名】</p>	<p>【材料】</p>
<p>工夫した点や アピールポイント</p>		

<p>イメージ図 ※食具（はしまたはスプーン）も記載してください。</p>	<table border="1"><tr><td data-bbox="338 148 987 1386"><p>【主菜】</p></td><td data-bbox="987 148 2143 1386"><p>【副菜】</p><hr/><p>【副菜】</p></td></tr></table>	<p>【主菜】</p>	<p>【副菜】</p> <hr/> <p>【副菜】</p>
<p>【主菜】</p>	<p>【副菜】</p> <hr/> <p>【副菜】</p>		

○家庭配付用献立表

## ❀ 令和4年10月 給食予定献立表 ❀

円蔵中学校

日	献立名	材料名			栄養価			
		赤の食品	黄色の食品	緑の食品	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂質 (g)	塩分 (g)
		体をつくるもの	熱や力のもとになるもの	体の調子を整えるもの				
24 (月)	ごはん 牛乳 さわらのたっぷり野菜あんかけ ★肉じゃが 海藻サラダ 大根と油揚げのみそ汁	牛乳(乳) さわら 豚小間 ひじき 海藻ミックス 油揚げ みそ 赤みそ	米 小麦粉(小) でん粉 油 じゃがいも しらたき 上白糖ドレッシング(小)	しょうが ピーマン 赤ピーマン しめじ たまねぎ たけのこ水煮 長ねぎ グリンピース にんじん キャベツ ホールコーン だいこん	862	33.2	25	2.6
25 (火)	揚げパン 牛乳 秋野菜とニョッキのクリーム煮 ポークジンジャー ツナコーンサラダ コンソメジュリエヌ	発酵乳(乳) 鶏もも小間 牛乳(乳) 豆乳 豚小間 ツナ ベーコン	パン(乳、小) 油 黒砂糖 グラニュー糖 オリーブ油 バター(乳) 小麦粉(小) さつまいも ニョッキ(小) はちみつ	小松菜しめじ パセリ マッシュルーム水煮 しょうが にんじん キャベツ たまねぎ ブロッコリー ホールコーン	837	33.8	31.1	3.7
26 (水)	ごはん 牛乳 鮭のレモンしょうゆ焼き 豚肉と厚揚げの香ばしみそ炒め しらすのナムル かきたま汁	牛乳(乳) 鮭 豚小間 みそ 厚揚げ しらす 鶏卵(卵)	米 上白糖 ごま油 いりごま でん粉	レモン汁しょうが たまねぎ キャベツ ピーマン にんにく 豆もやし 小松菜 にんじん 干しいたけ	801	37.7	25.4	2.9
27 (木)	★ピビンパ 発酵乳(マスカット) ★こんにゃくチャブチエ ★大学いも わかめと豆腐のスープ くだもの(冷凍パイ)	豚小間 牛乳(乳) 豆腐 ベーコン カットわかめ	米 上白糖 しらたき ごま油 さつまいも 油 黒砂糖 でん粉 いりごま	たけのこ水煮 小松菜 キムチ(小) 緑豆もやし にら にんにく にんじん たまねぎ パインアップル	884	29.3	25.1	2.8
28 (金)	ごはん 牛乳 ★季節のドライカレー ★チーズパン粉焼き※1 付けあわせ(キャベツ) ★にんじんナムル ABCスープ	牛乳(乳) 豚肉 レンズ豆 レバーそぼろ 鶏肉 鶏卵(卵) チーズ(乳) ベーコン	米 小麦粉(小) パン粉(小) 油 ごま油 いりごま ABCマカロニ(小)	しょうが ピーマン なす キャベツ にんにく にんじん たまねぎ ホールコーン	852	35.3	26.9	2.4

○仕入れの都合により、献立を変更する場合があります。

○今回の献立表は、食品表示基準で定められている7品目に該当する食材のアレルギー表示をしています。

【例】卵:(卵) 乳:(乳) 小麦:(小)

○重篤な症状に至ることが多いとされる「アーモンド・カシューナッツ・くるみ・落花生」、「そば」、「かに」、「キウイフルーツ」は使用していません。

○★がついている献立は、生徒のみなさんが考案してくれたものです。

※1 献立名(原案)はパン粉焼きとなっておりますが、調理の兼ね合いより、揚げたものを提供する予定です。

**○食具(はし・フォーク・スプーンなど)の提供はございませんので、その日の献立に合わせて適宜、ご持参ください。**

**○アレルギー等の理由により、給食を喫食しない場合は『食物アレルギー等の理由による喫食状況確認書』を10月14日(金)までに、各クラス担任へご提出ください。**



# 中学校給食だより

茅ヶ崎市教育委員会 学務課栄養士



木々も少しずつつづきはじめ、秋風を感じられるようになってきました。

季節の変わり目ですので体調管理に気をつけ、生徒のみなさんには毎日を元気に過ごしてほしいと思います。

さて、10月24日～28日の5日間において皆さまにご協力いただき、モデル事業を実施できますことを心より感謝いたします。貴重な5日間を通し、中学校給食に対するニーズを探るとともに、配膳・下膳をとおり、どのように学校生活の中に影響が出てくるかなど、課題の抽出にも力を入れていきたいと思っております。

モデル事業後には、生徒・保護者様を対象にアンケートを実施させていただきますので、ご協力のほどよろしく申し上げます。

## 生徒の皆さんが献立を考えてくれました♪

生徒のみなさんが夏休み期間中に、一生懸命考えてくれたメニューを5日間の献立のなかに採用しています。(献立表に★がついていますので、チェックしてみてくださいね)

「栄養バランス・旬の食材・地産地消・苦手な食材をおいしく食べる」の4テーマから選択し、それぞれ献立を考えてもらいました。どれも素敵で、決めるのがとても難しかったです。どの献立が採用されたかは、お昼の放送にて発表します。どうぞお楽しみに☆彡

## ～ ちょっとひと言 ～

今回の給食は、全学年が同じ量での盛り付けとなっています。1年生にとっては、量が多いと感じることもあるかもしれません。

ぜひ、ご家庭において、お子様の反応やその日の給食についてお話しをしていただけると大変嬉しいですよ。

そしてよりよい中学校給食のスタートに向けて、アンケートを通し、皆さまの声をお聞かせください。

5日間の給食を通じて、生徒のみなさんの様子を間近で見られることを、楽しみにしています。至らない点もあるかとは思いますが、ご協力のほどよろしく申し上げます。



## 実は…こんな風に作られています！！

給食がみなさんの手元に届くまで、どのように調理され、運ばれてくるのかをご紹介します。

＜調理の様子＞



＜盛り付け(ごはん)＞



＜盛り付け(おかず)＞



スピーディーに動くレーンに乗ったお弁当箱にテンポよく、きれいに盛り付けをする調理員さんの技術にはあっぱれです！

おいしく、安全に食べられるように、  
ひと手間を惜しまずにつけてくれているんだね♪



ちがさきバランスキッス

## ❀ 令和4年11月 給食予定献立表 ❀

**萩園中学校**

日	献立名	材料名			栄養価			
		赤の食品	黄色の食品	緑の食品	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂質 (g)	塩分 (g)
		体をつくるもの	熱や力のもとになるもの	体の調子を整えるもの				
14 (月)	ごはん 牛乳 手作りあじフライ ★そぼろ大根 ★ひじきの炒り煮 玉ねぎとじゃがいものみそ汁	牛乳(乳) あじフィレ 鶏卵(卵) 豚ひき肉 厚揚げ 鶏むね小間 ひじき カットわかめ 白みそ 赤みそ	米 小麦粉(小) 乾燥パン粉(小) 米ぬか油 でん粉 米サラダ油 上白糖 つきこんにゃく じゃがいも	キャベツ だいこん (にんじん さやいんげん 干ししいたけ たまねぎ	866	38.9	25	2.6
15 (火)	ごはん 牛乳 ★タッカルビ ★韓国風かむかむナムル ★大学いも わかめと豆腐のスープ	牛乳(乳) 鶏もも ボンレスハム 冷凍豆腐 カットわかめ	米 米サラダ油 じゃがいも こま油 さつまいも 米ぬか油 上白糖 でん粉 黒こま	たまねぎ (にんにく しょうが キャベツ 切り干し大根 小松菜 にんじん 緑豆もやし	842	26.9	23.4	1.9
16 (水)	ココア揚げパン 牛乳 秋野菜とニョッキのクリーム煮 ポークチャップ ビーンズサラダ コンソメジュリエヌ	牛乳(乳) 鶏もも小間 豆乳 豚肉小間 海藻ミックス ひじき ひよこ豆水煮 ベーコン 大豆水煮	コッペパン(乳、小) 米ぬか油 上白糖 グラニュー糖 オリーブ油 バター(乳) ニョッキ(小) 小麦粉(小) さつまいも 和風ドレッシング(小)	(ほうれん草 しめじ (にんにく ピーマン マッシュルーム水煮 (にんじん キャベツ ホールコーン たまねぎ	860	34.2	36.2	3.4
17 (木)	ごはん 牛乳 ★肉みそおでん 鮭のからあげ ★無限えのき すまし汁	牛乳(乳) 豚ひき肉 赤みそ 焼きちくわ さつま揚げ うずら卵(卵) 銀サケタイス	米 上白糖 でん粉 板こんにゃく こま油 小麦粉(小) 米ぬか油	だいこん しょうが えのきたけ 緑豆もやし (にんじん ピーマン たまねぎ 小松菜 長ねぎ 干ししいたけ	871	35.9	26.5	3.2
18 (金)	★カレーライス 発酵乳 チーズチキンカツ ★ほうれん草とベーコンのソテー ★ゆで野菜サラダ くだもの(冷凍パイン)	豚小間 鶏もも 鶏卵(卵) 発酵乳(乳) 粉チーズ(乳) ベーコン まぐろ水煮	米 米サラダ油 じゃがいも 小麦粉(小) パン粉(小) 米ぬか油 バター(乳)	しょうが (にんにく グリーンピース たまねぎ (ほうれん草 (にんじん ホールコーン キャベツ フロコリー パイン(スライス)	898	33.6	24.5	2.3

○仕入れの都合により、献立を変更する場合があります。

○今回の献立表は、食品表示基準で定められている7品目に該当する食材のアレルギー表示をしています。

【例】卵:(卵) 乳:(乳) 小麦:(小)

○重篤な症状に至ることが多いとされる「アーモンド・カシューナッツ・くるみ・落花生」、「そば」、「かに」、「キウイフルーツ」は使用していません。

○★がついている献立は、生徒のみなさんが考案してくれたものです。

**※食具(はし・フォーク・スプーンなど)の提供はございませんので、その日の献立に合わせて適宜、ご持参ください。**

**※アレルギー等の理由により、給食を喫食しない場合は『食物アレルギー等の理由による喫食状況確認書』を11月7日(月)までに、各クラス担任へご提出ください。**

日が落ちるのもすっかり早くなり、夕暮れ時には寒さが身に染みる季節となりました。

季節の変わり目ですので体調管理に気をつけ、生徒のみなさんには毎日を元気に過ごしてほしいと思います。

さて、11月14日～18日の5日間において皆さまにご協力いただき、モデル事業を実施できますことを心より感謝いたします。貴重な5日間を通し、中学校給食に対するニーズを探るとともに、配膳・下膳をとおり、どのように学校生活の中に影響が出てくるかなど、課題の抽出にも力を入れていきたいと思っております。

モデル事業後には、生徒・保護者様を対象にアンケートを実施させていただきますので、ご協力のほどよろしく申し上げます。

## 生徒の皆さんが献立を考えてくれました♪

生徒のみなさんが夏休み期間中に、一生懸命考えてくれたメニューを5日間の献立のなかに採用しています。(献立表に★がついていますので、チェックしてみてくださいね)

「栄養バランス・旬の食材・地産地消・苦手の食材をおいしく食べる」の4テーマから選択し、それぞれ献立を考えてもらいました。どれも素敵で、決めるのがとても難しかったです。どの献立が採用されたかは、お昼の放送にて発表します。どうぞお楽しみに☆彡

## ～ ちょっとひと言 ～

今回の給食は、全学年が同じ量での盛り付けとなっています。1年生にとっては、量が多いと感じることもあるかもしれません。

ぜひ、ご家庭において、お子様の反応やその日の給食についてお話しをしていただけると大変嬉しいです。

そしてよりよい中学校給食のスタートに向けて、アンケートを通し、皆さまの声をお聞かせください。

5日間の給食を通じて、生徒のみなさんの様子を間近で見られることを、楽しみにしています。至らない点もあるかとは思いますが、ご協力のほどよろしく申し上げます。



## 実は…こんな風に作られています！！

給食がみなさんの手元に届くまで、どのように調理され、運ばれてくるのかをご紹介します。

＜調理の様子＞



＜盛り付け(ごはん)＞



＜盛り付け(おかず)＞



スピーディーに動くレーンに乗ったお弁当箱にテンポよく、きれいに盛り付けをする調理員さんの技術にはあっぱれです！

おいしく、安全に食べられるように、  
ひと手間を惜みずにつけてくれるんだね♪

ちがさきバランスキッズ



○食物アレルギー等の理由による喫食状況確認書（萩園中学校）

食物アレルギー等の理由による喫食状況確認書

学年、クラス \_\_\_\_\_ 年 \_\_\_\_\_ 組

名前（ふりがな） \_\_\_\_\_

保護者氏名 \_\_\_\_\_

緊急連絡先 \_\_\_\_\_

11月14日（月）	11月15日（火）	11月16日（水）	11月17日（木）	11月18日（金）

※喫食が可能な日は○を、できない日は×を記入してください

理由：  
食物アレルギー（卵、小麦、乳、ごま、その他）のため  
その他の理由（ ）のため

※好き嫌いなどの理由による欠食はご遠慮ください。

提出 11月7日（月）までに各クラス担任へ

（学校→教育委員会控え）

食物アレルギー等の理由による喫食状況確認書

学年、クラス \_\_\_\_\_ 年 \_\_\_\_\_ 組

名前（ふりがな） \_\_\_\_\_

保護者氏名 \_\_\_\_\_

緊急連絡先 \_\_\_\_\_

11月14日（月）	11月15日（火）	11月16日（水）	11月17日（木）	11月18日（金）

※喫食が可能な日は○を、できない日は×を記入してください

理由：  
食物アレルギー（卵、小麦、乳、ごま、その他）のため  
その他の理由（ ）のため

※好き嫌いなどの理由による欠食はご遠慮ください。

提出 11月7日（月）までに各クラス担任へ

（保護者控え）

# 中学校給食モデル事業運営マニュアル

## 1 給食の内容について



- 主食（ごはん・パン）、おかず（3品程度）、汁物、牛乳による完全給食です。
- 市栄養士が学校給食の栄養基準に基づいて献立を作成し、ハーベスト株式会社湘南工場にて調理・盛り付けしたものを学校へ配送します。

## 2 配膳・下膳について

- 給食は配膳室にて配膳（受け取り）と下膳（返却）を行います。市が任用した配膳員が対応します。
- 牛乳はこれまで通り、ミルク室での受け渡しとします。



校内では一方通行で、走らず・焦らず・ゆっくり歩きましょう 登りと下りの階段を分けましょう



コンテナは両手でしっかりと持ちましょう

片手で持ったり、傾けないようにしましょう

配膳・下膳時の服装は指定しませんが、身だしなみはしっかりと、事前の手洗いを徹底しましょう



学校給食公式キャラクター  
「ちがさきバランスキッズ」



モデル事業の実施にあたり、  
ご協力よろしくお願いいたします。

### 3 弁当容器等について



※パンの献立の日は主食用コンテナの中にパンが入ります

【おかわりについて】

- 個人により必要な食事量に差が生じることから、主食のみ「おかわり」を用意します。
- おかわりは各クラス5食ずつとしますが、必要数に差があることから、学年・クラス間での調整を可とします。
- 1個のおかわりを何人で食べるかは、希望に応じて対応してください。分ける場合、配付する割りばしを使用してください。



※主食用・汁物用コンテナには蓄温材が3つずつ入っています。返却時には配膳時と同じように3つずつコンテナに入れたうえで配膳室へ戻してください。

※箸、スプーンなどの食具は家庭からの持参です。忘れた場合、配付する割りばしを使用してください。



※クラスごとに消毒用アルコール、ペーパータオル、割りばし、ゴミ袋が備え付けてあります

おかず→ごはん→汁もの順に取ると重なるため安定します

### 4 片づけ方、ゴミの出し方について

- 給食の食べ残しは容器に入れたまま、コンテナに戻して配膳室へ返却します。欠席者等の発生による手を付けていない欠食も同様です。
- 包装類（デザートなど）のゴミも牛乳パックと同じゴミ袋に入れて配膳室へ出してください。

【牛乳パックについて】

- ⇒ 牛乳パックは、適当な大きさに畳んで配布したゴミ袋に入れ、配膳室へ出してください。
- ⇒ 飲み残しの牛乳は、各自で流しに捨ててください。
- ⇒ 手を付けていない牛乳は、そのまま配膳室に戻してください。
- ⇒ ストローとストロー袋も牛乳パックと同じゴミ袋に入れて配膳室へ出してください。

## ランチタイムNEWS①

令和4年10月24日(月)

今日の献立は、ごはん、牛乳、さわらのたっぷり野菜あんかけ、肉じゃが、海藻サラダ、大根と油揚げのみそ汁です。

さて、本日から金曜日まで中学校給食モデル事業を行います。今までおうちからお弁当を持ってきましたが、この5日間はお弁当形式の給食をみなさんに食べてもらいます。「なぜ急に、円蔵中学校で中学校給食のモデル事業をやるの?!」と思った方もいるかもしれませんね。

中学校給食を始めるためには、実はたくさんの課題があって、一つひとつを解決していかなければなりません。私たちが想定できる課題と、実施してみても新たに分かる課題などさまざまです。なので、この5日間は円蔵中学校のみなさんに協力してもらいながら、課題の解決や新たな発見をしていきたいと思っています。

みなさんにとっては、慣れない配膳作業となるので、急いでケガをしないよう落ち着いて運ぶことを心がけてくださいね。5日間の献立の中には、みなさんが考えてくれたメニューが登場します!

どうぞお楽しみに(\*^\_^\*)

気づいたことや気になったことがあったら、配膳室にいる先生に声をかけてみてください。モデル事業が終わったら、改めてみなさんの感想を聞きたいなと思っています。

ただ食べるだけでなく、感じる・考える時間を持ってもらえると嬉しいです。5日間よろしくをお願いします!



本日の献立の「肉じゃが」は、

2年1組 [ ] さん、 [ ] さん、 [ ] さん、

[ ] さん、 [ ] さん、 [ ] さん、

2年2組 [ ] さん、 [ ] さん、

2年3組 [ ] さんが考えてくれました!

「海藻サラダ」は、

2年1組 [ ] さん、 [ ] さんが考えてくれました!

素敵なメニューの考案と応募をありがとうございました(^^) /

飲み終わった牛乳パックは、  
小さくたたんでゴミ袋に入れて  
配膳室に持ってきてください!



今日の献立は、揚げパン、牛乳、秋野菜とニョッキのクリーム煮、ポークジンジャー、ツナコーンサラダ、コンソメジュリエンヌです。

2日目の今日は、パンの献立です。ごはんの日と比べて、教室まで運びやすかったでしょうか？

今日の献立の秋野菜とニョッキのクリーム煮には、しめじとマッシュルームの2種類のきのこが入っています。きのこの旬は、秋と言われています。主に食物繊維やビタミンがたくさん含まれていて、からだの調子を整えてくれる働きがあります。

そこで、みなさんに質問です。今からお伝えする2つの食事は、どちらがみなさんの体の調子を整えてくれる食事だと思いますか？

①ごはん・とんかつ・ポテト ②ごはん・とんかつ・ほうれん草のおひたし・大根のお味噌汁

ちょっと極端でしたかね。正解は、②の方が好ましい食事です。

ビタミンは、ごはんや肉、魚などの炭水化物やタンパク質を上手に分解して、吸収をする手助けをしてくれます。おうちでたくさんごはんを食べていても、食べ方や食べ物が偏っているとエネルギーを作り出しにくくなってしまいます。



また授業をたくさん頑張っていたり、部活動に励んでいるみなさんの体の中では、知らず知らずのビタミンが消費されています。反対に、体の中で作り出すことが難しいのがビタミンの特徴でもあります。食べ物からしっかりととることで、みなさんの体に補給することができるのです。

給食はこういうことも踏まえ、一つひとつ考えて作られていますので、たくさん食べてもらえると嬉しいです！

**ごみはまとめてゴミ袋に入れて、  
配膳室まで持ってきてください！**



今日の献立は、ごはん、牛乳、鮭のレモンしょうゆ焼き、豚肉と厚揚げの香ばしみそ炒め、しらすのナムル、かきたま汁です。

配膳は少しずつ慣れてきたでしょうか？みなさんの様子を見てみると、協力して運んでいる姿が見ることができ、とても安心しています。

さて3日目を迎え、「どうして中学校でも給食を食べなければいけないの？」と疑問に思った方もいるかもしれません。それは、中学生はこれから大人になっていくうえで、体をつくる最も重要な時期だからです。

例えば、、、牛乳が毎日するのは、丈夫な骨や歯を作りあげ、これからたくさんの時間を健康に過ごすために必要だからです。今のみなさんは、カルシウムを体に上手に貯めることができる一番いい状態です。大人になると、カルシウムが吸収しにくい体に少しずつ変わっていき、反対に骨にため込んでいたカルシウムをどんどん使っていくようになります。

毎日の献立は1つひとつのことに理由があって、今のみなさんにとって必要な栄養量をしっかりととれる内容になっています。



最近では、さまざまな食べ物がコンビニやスーパーなどにあふれています。

マックでチーズバーガーにセットでポテトとコーラを選ぶように、私たちはいろいろな食べ物を選択して食べています。

たくさんの食べ物に触れられるいい面もありますが、1日に必要な栄養量を考えながら、3食を食べることはなかなか難しいです。

今回の給食を通して、みなさんが毎日を健康に過ごせるための食事について、少しでも考えるきっかけになればいいと思います。配膳室前には、3色分けボードを掲示しています！ぜひ見に来てみてください♪

今日もよく噛んで、味わって食べてくださいね。

**飲み終わった牛乳パックは、小さくたたんでゴミ袋に入れて  
配膳室に持ってきてください！**

## ランチタイムNEWS④

令和4年10月27日(木)



今日の献立は、ビビンパ、発酵乳、こんにゃくチャプチェ、大学いも、わかめと豆腐のスープ、冷凍パインです。

ここで問題です！ビビンパはどこの国の料理でしょう？正解は、、、韓国です。

ビビンは混ぜる、パはご飯という意味で、ビビンパは混ぜご飯を指します。野菜とお肉をとたっぴりととれるメニューですね。ぜひご飯にかけて、混ぜて食べてみてください。

4日目を迎え、お弁当形式の給食には慣れてきたでしょうか？

普段、おうちから持ってきているお弁当や小学校の時の給食と比べると、食べる量が多いなと感じた生徒さんもいると思います。中学生は特に心身ともに大きく成長する時期なので、必要とされる栄養量をしっかりとることがとても大切です。

中学校給食の特徴は、お弁当箱は全員が同じ大きさで、盛り付けてある量も基本的には一緒です。1人ひとりが食べられる量はちがうと思いますが、みなさんにとって必要な栄養量を知ることや食べてみるというきっかけになれば嬉しいです。

「いつもよりからだの調子がいいかも！」、「給食をしっかり食べて部活をしてみたら、スタミナが切れずにがんばれた！」など食べるだけでなく、自分の体調を少し観察してみると新たな発見があるかもしれません。

気づいたことがあれば、ぜひ配膳室にいる先生に教えてくださいね。今日もよく噛んで食べましょう！



本日の献立である

「ビビンパ」は、2年2組  さんが考えてくれました！

「こんにゃくチャプチェ」は、

2年2組  さんが考えてくれました！

「大学いも」は、

2年1組  さん、 さん

2年2組  さん、 さん

2年3組  さん、 さん、 さんが考えてくれました！

素敵なメニューの考案と応募をありがとうございました(^^)／

飲み終わったジョアの容器（ストロー）は、  
まとめてゴミ袋に入れて  
配膳室まで持ってきてください！



今日の献立は、ごはん、牛乳、季節のドライカレー、チーズパン粉焼き、にんじんナムル、ABCスープです。

「ドライカレー」は、2年1組 [ ] さん、[ ] さん、2年3組 [ ] さんが考えたメニューです。

「チーズパン粉焼き」は、2年3組 [ ] さん、「にんじんナムル」は2年2組 [ ] さんが考えてくれました。その他にも多くの生徒さんが献立を考えてくださり、本当にありがとうございました。

一つひとつ献立を見させていただきましたが、どれもすてきなものばかりで、決めるのがとっても大変でした。全部を採用できればよかったのですが、給食を作る施設の機械や調理方法など、いろいろな条件のなかで決めました。

給食って、実は奥が深いです。例えば食材は、国産のものや添加物をなるべく使っていないものを使用していたり、できあがったおかずは、食中毒が起きないように菌が増えない温度まで冷まして、みなさんが安全に食べられる状態にしてからお弁当箱に一つひとつ盛りつけをしています。このように給食は、多くの条件をクリアしてみなさんの口に入っていくのです。

献立も最初に考えたものがそのまま調理されることは、ほとんどありません。何度も調理員さんと話し合い、考え、直して、やっと形になっていきます。難しいこともたくさんありますが、みなさんがたくさん食べてくれたり、感想を聞けることがやりがいにつながります。

この5日間は、学校の先生方や調理員さん、配膳員さんなど多くの方に協力をさせていただきました。給食に限らず、普段何気なく食べている食事も、多くの方の協力があってできあがっているものだということを忘れず、感謝の気持ちをもって食べてほしいと思います。

5日間ありがとうございました！

みなさん  
ありがとうございました♪



今日の献立は、ごはん、牛乳、手作りあじフライ、そぼろ大根、ひじきの炒り煮、玉ねぎとじゃがいものみそ汁です。

さて、本日から金曜日まで中学校給食モデル事業を行います。今までおうちからお弁当を持ってきましたが、この5日間はお弁当形式の給食をみなさんに食べてもらいます。「なぜ急に、萩園中学校で中学校給食のモデル事業をやるの?!」と思った方もいるかもしれませんね。

中学校給食を始めるためには、実はたくさんの課題があって、一つひとつを解決していかなければなりません。私たちが想定できる課題と、実施してみても新たに分かる課題などさまざまです。なので、この5日間は萩園中学校のみなさんに協力してもらいながら、課題の解決や新たな発見をしていきたいと思っています。

みなさんにとっては、慣れない配膳作業となるので、急いでケガをしないよう落ち着いて運ぶことを心がけてくださいね。5日間の献立の中には、みなさんが考えてくれたメニューが登場します!

考えてくれた方のお名前をお昼の放送で発表しますので、どうぞお楽しみに(\*\_\*)\*♪

気づいたことや気になったことがあったら、配膳室にいる先生に声をかけてみてください。モデル事業が終わったら、改めてみなさんの感想を聞きたいなと思っています。

ただ食べるだけでなく、感じる・考える時間を持ってもらえると嬉しいです。5日間よろしく願います!



本日の献立の「そぼろ大根」は、

3年2組 [ ] さん、3年4組 [ ] さんが考えてくれました!

「ひじきの炒り煮」は、

3年1組 [ ] さん、 [ ] さん、 [ ] さん、

[ ] さん、 [ ] さん

3年2組 [ ] さん、 [ ] さん、 [ ] さん、 [ ] さん

3年3組 [ ] さん、 [ ] さん、 [ ] さん、 [ ] さん

3年4組 [ ] さんが考えてくれました!

素敵なメニューの応募をありがとうございました (^\_^) /

栄養士 のぐちより

飲み終わった牛乳パックは、  
小さくたたんでゴミ袋に入れて  
配膳室に持ってきてください!



## ランチタイムNEWS②

令和4年11月15日(火)

今日の献立は、ごはん、牛乳、タッカルビ、韓国風かむかむナムル、大学いも、わかめと豆腐のスープです。

配膳の仕方は、何となく分かってきましたか？みなさんの様子を見ていると、協力して運んでいる姿が見ることができ、とても安心しています。

さて2日目を迎え、「どうして中学校でも給食を食べなければいけないの？」と疑問に思った方もいるかもしれません。それは、中学生はこれから大人になっていくうえで、体をつくる最も大切な時期だからです。

例えば、、、牛乳が毎日するのは、丈夫な骨や歯を作りあげ、これからたくさんの時間を健康に過ごしていくために必要となるからです。今のみなさんは、カルシウムを体に貯めることができる一番いい状態です。大人になると、カルシウムが吸収しにくい体に少しずつ変わっていき、反対に、骨にため込んでいたカルシウムをどんどん使っていくようになります。

萩園中学校は、牛乳を頼んでいる人がとても少ないと教頭先生から聞きました。

モデル事業が終わったあとも続けて牛乳を飲んだり、自分の健康や普段の食事に少しでも興味を持ったりしてくれれば嬉しいです。



配膳室前には『3色分けボード』と『ランチタイムボックス』を設置しています！

気になることや感想などを書いて、ぜひボックスに入れてみてくださいね。

お昼に放送しているランチタイムニュースも掲示していますので、聞きそびれてしまった人は、ぜひ配膳室前をチェックしてみてください♪

本日の献立の「タッカルビ」は、

3年1組 [ ] さん、3年4組 [ ] さんが考えてくれました！

「韓国風かむかむナムル」は、

3年1組 [ ] さん、3年3組 [ ] さん、[ ] さん、

「大学いも」は、

3年1組 [ ] さん、[ ] さん

3年4組 [ ] さん、[ ] さんが考えてくれました！

素敵なメニューの応募をありがとうございました(^)/

栄養士 のぐちより

**飲み終わった牛乳パックは、小さくたんでゴミ袋に入れて  
配膳室に持ってきてください★**

今日の献立は、ココア揚げパン、牛乳、秋野菜とニョッキのクリーム煮、ポークチャップ、ビーンズサラダ、コンソメジュリエヌです。

3日目の今日は、ココア揚げパンの登場です!!!楽しみにしてしてくれた人も多いのではないのでしょうか?小学校の給食の思い出を少し思い出しながら、味わって食べてみてくださいね。

さて、今日の献立の秋野菜とニョッキのクリーム煮には、しめじとマッシュルームの2種類のきのこが入っています。きのこの旬は、秋と言われています。主に食物繊維やビタミンがたくさん含まれていて、からだの調子を整えてくれる働きがあります。

ここで、みなさんに問題です。今からお伝えする2つの食事は、どちらがみなさんの体の調子を整えてくれる食事だと思いますか?

- ①ごはん・とんかつ・ポテト      ②ごはん・とんかつ・ほうれん草のおひたし・大根のみそ汁

ちょっと極端でしたかね。正解は、②の方が美味しい食事です。

ビタミンは、ごはんや肉、魚などの炭水化物やタンパク質を上手に分解して、吸収をする手助けをしてくれます。おうちでたくさんごはんを食べていても、食べ方や食べ物が偏っているとエネルギーを作り出しにくくなってしまいます。

また授業をたくさん頑張っていたり、部活動に励んでいるみなさんの体の中では、知らず知らずのうちにビタミンが消費されています。

反対に、体の中で作り出すことが難しいのがビタミンの特徴でもあります。なので、食べ物からしっかりととることで、みなさんの体に補うことができるのです。

給食はこういうことも踏まえて一つひとつ考えて作られていますので、たくさん食べてもらえると嬉しいです!

栄養士 のぐちより

**牛乳パックは小さく折りたたみ、まとめてゴミ袋に入れて  
配膳室まで持ってきてください!**



## ランチタイムNEWS④

令和4年11月17日(木)



今日の献立は、ごはん、牛乳、肉みそおでん、無限えのき、すまし汁です。

突然ですが、ここで問題です！おでんが初めて食べられたのは、いつでしょう？

①室町時代 ②鎌倉時代 ③江戸時代・・・答えは①の室町時代です。

おでんの発祥は、四角に切った豆腐に竹ぐしを刺して焼いた「田楽（でんがく）」から来ていると言われてい  
ます。甘いみそをとうふの上にぬって食べていたものが、やがて煮こむおでんに進化していったとか、、、

今では、冬の定番料理になっているおでんが本日の給食に登場しました。となりにそえられている肉みそをつ  
けて、一緒に食べてみてくださいね。

さて4日目を迎え、お弁当形式の給食には慣れてきたでしょうか？

普段、おうちから持ってきているお弁当や小学校の時の給食と比べると、食べる量が多いなと感じた人もい  
ると思います。中学生は特に心身ともに大きく成長する時期なので、必要とされる栄養量をしっかりとることが  
とても大切です。

中学校給食は、お弁当箱の大きさ・盛り付けてある量は、基本的に一緒です。1人ひとりが食べられる量はち  
がうと思いますが、みなさんにとって必要な栄養量を知ることや食べてみるというきっかけになれば嬉しいで  
す。

「いつもよりからだの調子がいいかも！」、「給食をしっかり食べて部活をしてみたら、スタミナが切れずに  
がんばれた！」など食べるだけではなく、自分の体調を少し観察してみると新たな発見があるかもしれません。

気づいたことがあれば、ぜひ配膳室にいる先生に教えてくださいね。今日もよく噛んで食べましょう！



本日の献立である

「肉みそおでん」は、3年1組  さんが考えてくれました！

「無限えのき」は、

3年1組  さん、3年2組  さんが考えてくれました！

素敵なメニューの考案と応募をありがとうございました(^^)／

栄養士 のぐちより

牛乳パックは、まとめてゴミ袋に入れて  
配膳室まで持ってきてください！





今日の献立は、カレーライス、発酵乳、チキンカツ、ほうれん草とベーコンのソテー、ゆで野菜サラダです。

今日は、みなさんからリクエストが多かったカレーの日です！

カレーライスのルウは、汁もの用のカップに入っていますので、ごはんにかけて食べてください。そして今日は、チキンカツもあるので、チキンカツカレーにして食べてもおいしいです♪

「カレーライス」は、3年1組 [ ] さん、[ ] さん、  
[ ] さん、[ ] さん、3年2組 [ ] さん、[ ] さんが考えたメニューです。

「ほうれん草とベーコンのソテー」は、3年1組 [ ] さん、[ ] さん、  
3年3組 [ ] さん、[ ] さん、3年4組 [ ] さん、[ ] さん

「ゆで野菜サラダ」は、3年1組 [ ] さん、[ ] さん、[ ] さん、  
[ ] さん、3年2組 [ ] さん、[ ] さん、[ ] さん、  
[ ] さん、3年3組 [ ] さん、[ ] さん、[ ] さん  
3年4組 [ ] さんが考えてくれました。その他にも多くの生徒さんが献立を考えてくださり、本当にありがとうございました。

一つひとつ献立をじっくり見させていただきましたが、どれもステキなものばかりで、決めるのがとっても大変でした。全部を実現できればよかったのですが、給食を作る施設の機械や調理方法など、いろいろな条件のなかで決めました。

給食って、実はとーっても奥が深いです。例えば食材は、国産のものや添加物をなるべく入っていないものを使うことや、できあがったおかずは、食中毒が起きないように菌が増えない温度まで冷まして、みなさんが安全に食べられる状態にしてからお弁当箱の一つひとつ盛りつけをしています。このように給食は、多くの条件をクリアしてからみなさんの口に入っていくのです。

献立も最初に考えたものがそのまま調理されることは、ほとんどありません。何度も調理員さんと話し合い、考え、直して、やっと形になっていきます。難しいこともたくさんありますが、みなさんがたくさん食べてくれたり、感想を聞けることがやりがいにつながります。

この5日間は、学校の先生や調理員さん、配膳員さんなど多くの方に協力していただきました。給食に限らず、普段何気なく食べている食事も、多くの方の協力があって、できあがっているものだということを忘れずに感謝の気持ちをもって食べてほしいと思います。

5日間ありがとうございました！

栄養士 のぐちより

みなさん1週間  
ありがとうございました♪



○中学校給食ニュースへの掲載

# 中学校給食 News

第2号

令和4年11月11日  
茅ヶ崎市教育委員会学務課

令和4年度は、円蔵中学校（10月24日～28日）と萩園中学校（11月14日～18日）を対象に、中学校給食に対するニーズを探るとともに、配膳・下膳や日課への影響をはじめとする学校運営への留意点や課題を抽出するため、弁当箱を使用したデリバリー方式による給食を提供するモデル事業を実施しています。

## モデル事業の主な内容とは？

- 1) 市が学校給食の栄養基準に沿って作成した献立を民間事業者が調理し、弁当箱を使用したデリバリー方式による給食として提供します。
- 2) 主食(ごはん・パン)、おかず(3品程度)、汁物、牛乳による完全給食として実施します。
- 3) ごはん及び汁物については、蓄温材を使用し温かい状態で提供します。
- 4) モデル事業にご協力いただくことから、給食費(食材費)は徴収しません。事業に必要な経費は全額、市が負担します。
- 5) 事業の終了後、生徒・保護者の皆様にアンケート調査を行います。



## ～円蔵中学校でのモデル事業の様子～



# 中学校給食News

第3号

令和5年1月11日

茅ヶ崎市教育委員会学務課

今回の中学校給食ニュースは、11月14日～18日に実施しました秋園中学校でのモデル事業の様子をお伝えします。実施方法は、第2号でお知らせしたとおりです。

またモデル事業を実施するにあたり、改めて自分の健康や栄養バランスの良い食事について考える一つのきっかけとなるように「わたしが考えるオンリーワン給食！」と題し、献立の募集を行いました。

そこで実際にモデル事業で登場したメニューの紹介（一部）や、生徒がどのようなことに意識を向けて考案したかなどをご紹介します。

## わたしが考えるオンリーワン給食！

### 【応募内容】

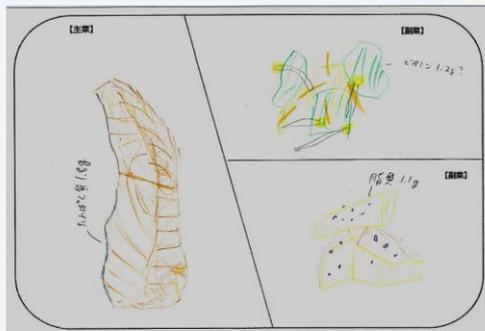
栄養バランス・旬の食材・地産地消・苦手な食材をおいしく食べるの4テーマから1つ以上選び、おかず（主菜・副菜）の献立を考案する。※主食はごはん、汁物はみそ汁で、毎食牛乳がつかます。

### 【献立を作成するうえでの注意点】

- ・おかず（主菜・副菜）の献立が立てられていること
- ・選択した応募内容に沿った献立になっていること
- ・加熱を基本とした献立になっていること（給食では基本的に生ものは提供しません）
- ・大量調理が可能で、お弁当容器に入りきる献立であること

※重篤なアレルギー症状に至りやすい、「アーモンド・カシューナッツ・くるみ・落花生」、「そば」、「かに」、「キウイフルーツ」は、給食で使用できません。

～実際に給食に提供された献立の紹介～  
(採用された献立には★がついています)



### 【献立】

サーモンのカレームニエル ★韓国風かむかむナムル 大学芋

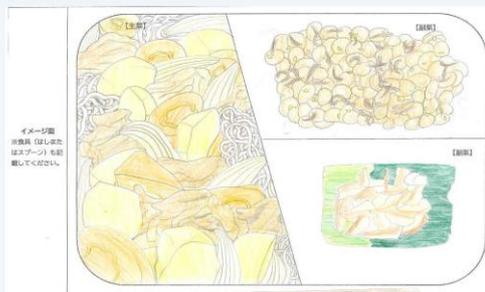
【献立テーマ】 栄養バランス・旬の食材

【生徒からのアピールポイント】

秋が旬の食材と主にたんぱく質や脂質の供給源で筋肉や血液などを作る食材を使用したこと。

体の調子を整えるビタミン、ミネラル、食物繊維を意識し、野菜や海藻を入れたこと。

かんばんりました！



### 【献立】

★肉じゃが 大豆とじゃこの甘辛 ほうれん草のおひたし

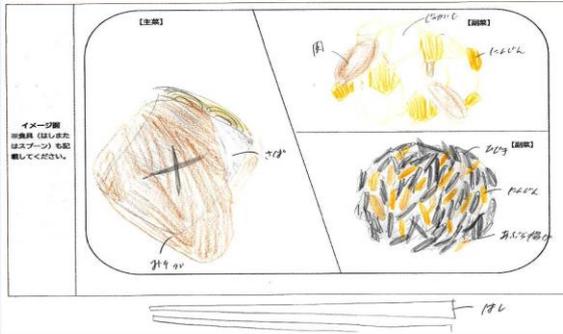
【献立テーマ】 栄養バランス・旬の食材

【生徒からのアピールポイント】

バランスよく栄養をとることができて、全体の色が茶色くならないように、にんじんやほうれん草で彩りを加えてきれいな給食になるよう工夫した。

夏から秋ごろに旬を迎えるじゃがいもやにんじんを入れられるように肉じゃがを主菜にした。

かんばんりました！



【献立】  
さばみそ 肉じゃが ★ひじきの炒り煮

【献立テーマ】  
栄養バランス・苦手な食材をおいしく食べる

【生徒からのアピールポイント】  
全ての栄養がバランスよく入っている点。  
またにんじんなど苦手な人が多い野菜もしっかり入っていて、味を付けているので、にんじんを含める緑黄色野菜がとれ、カロテンやビタミンCがとれるところ。

がんばり  
ました！



【献立】  
鮭の塩焼き ★どほう大根 レタスどりのナムル

【献立テーマ】  
旬の食材

【生徒からのアピールポイント】  
旬の魚の秋鮭を主菜に使った。  
また旬の野菜の大根は、副菜に使用しおいしさを重視した献立にしたこと。

がんばり  
ました！

### 萩園中学校でのモデル事業の様子

11:30 安全に運ばれてきた給食が到着！



みんな気を付けてね～！



各クラスで配膳します

配膳員さんセット中～



12:40 配膳室にLet's go (^o^)/



12:50 いただきます♪

○市HPでの広報

(テキストのみ抜粋)

(市HPよりサイト内検索機能で「茅ヶ崎市の中学校給食」と検索)

<https://www.city.chigasaki.kanagawa.jp/kyouiku/shogakko/1041709/1036727/index.html>

#### モデル事業の実施について

デリバリー方式による中学校給食の実施にあたり、配膳・下膳や日課への影響をはじめとする学校運営への課題を抽出し、今後の検討につなげていくため、令和4年度にモデル事業を実施します。

#### モデル事業の実施方法

- 円蔵中学校、萩園中学校の全生徒を対象とし、それぞれ1週間の期間で実施します。
- 市が学校給食の栄養基準に基づいて作成した献立を、委託した民間事業者が調理し、弁当箱方式による給食として提供します。
- 主食（ごはん・パン）、おかず（3品程度）、汁物、牛乳による完全給食を実施します。
- ごはん、汁物は蓄温材を使用し、温かい状態で提供します。
- モデル事業へ協力いただくため、給食費の徴収は行いません。事業に必要な経費は全額、市が負担します。

#### きょうの給食から（円蔵中学校）

10月24日（月曜日）

##### 【献立名】

ごはん、牛乳、さわらのたっぷり野菜あんかけ、肉じゃが、海藻サラダ、大根と油揚げのみそ汁

##### 【栄養士より】

初日の献立は、学校給食ならではの和食メニューでした。慣れない配膳作業にも積極的に協力して取り組んでいる生徒の皆さんの様子が印象的でした。

10月25日（火曜日）

##### 【献立名】

揚げパン、牛乳、秋野菜とニョッキのクリーム煮、ポークジンジャー、ツナコーンサラダ、コンソメジュリエンス

**【栄養士より】**

小学校の給食で大人気メニューの揚げパンが登場！初日に比べてよく食べており、久しぶりの揚げパンをよろこんで食べている生徒の皆さんの姿を見ることができました。

10月26日（水曜日）

**【献立名】**

ごはん、牛乳、鮭のレモン醤油焼き、豚肉と厚揚げの香ばしみそ炒め、しらすのナムル、かきたま汁

**【栄養士より】**

モデル事業も3日目となり、配膳や下膳が日に日にスムーズになっています。多くの生徒から「たくさんおかわりしたよ！」の声を聞くことができました。

10月27日（木曜日）

**【献立名】**

ビビンバ、発酵乳（マスカット）、こんにやくチャプチェ、大学いも、わかめと豆腐のスープ、くだもの（冷凍パイナップル）

**【栄養士より】**

今日の給食には、生徒考案メニューが登場しました。「わたしが考えるオンリーワン給食！」と題し、生徒へ献立の募集を行いました。様々なテーマの中から関心のあるものを選び、主菜と副菜を考えてもらいました。

「自分で考えたメニューが実際に給食で食べられて嬉しかった」という感想を聞くことができました。素敵なメニューの応募をありがとうございました！

10月28日（金曜日）

**【献立名】**

ごはん、牛乳、季節のドライカレー、チーズパン粉焼き、付け合わせ（キャベツ）、にんじんナムル、ABCスープ

**【栄養士より】**

モデル事業最終日は、配膳がよりスムーズになり、生徒からは「時間内に全部食べられるようになったよ」と嬉しそうに教えてくれました。

「今日もおいしかった！」「おなかいっぱい食べた！」と声をかけてくれたり、ランチタイムニュースや配膳室前の掲示板上に興味をもってくれたりする生徒が増えたように感じま

した。

円蔵中学校の皆さんにご協力いただいたおかげで、モデル事業を実施することができました。5日間、本当にありがとうございました。

#### きょうの給食から（萩園中学校）

11月14日（月曜日）

##### 【献立名】

ごはん、牛乳、手作りあじフライ、そぼろ大根、ひじきの炒り煮、玉ねぎとじゃがいものみそ汁

##### 【栄養士より】

今日から、萩園中学校でのモデル事業がスタートしました。

多くの生徒が授業の合間に配膳室の様子やランチタイムニュースの掲示を見に来てくれ、給食を楽しみにしてくれているようでした。

初日は生徒考案の献立を取り入れた和食メニューで、「おいしかったよ！」の声をたくさんかけてくれました。

11月15日（火曜日）

##### 【献立名】

ごはん、牛乳、タッカルビ、韓国風かむかむナムル、大学いも、わかめと豆腐のスープ

##### 【栄養士より】

校内放送での呼びかけや、配膳室前での整理など先生方の協力もあり、2日目ですが給食に早くも慣れてきて配膳がスムーズになってきました。

今日は寒かったせいか、温かいスープをおかわりしている生徒を多く見かけました。

明日は、皆さんおまちかねの揚げパンです！お楽しみに！

11月16日（水曜日）

##### 【献立名】

ココア揚げパン、牛乳、秋野菜とニョッキのクリーム煮、ポークチャップ、ビーンズサラダ、コンソメジュリエンス

##### 【栄養士より】

今日はココア揚げパンの登場でした。

小学校の給食を懐かしむように、味わって食べている生徒の姿がとても印象的でした。

ビーンズサラダの豆は苦手かな？と思っていましたが、箸で上手につまんで食べてくれていました。

11月17日（木曜日）

【献立名】

ごはん、牛乳、肉みそおでん、鮭のからあげ、無限えのき、すまし汁

【栄養士より】

今日のおでんは調理員さんが具材ごとに丁寧に心を込めて煮てくれたおかげで、良く味が染みた優しい仕上がりとなりました。

4日目を迎え、生徒たちは授業が終わると給食を取りに行くという意識を持つようになり、全クラスが給食を受け取り終わるまでの時間は、なんと5分！

生徒の成長や柔軟性に驚かされる毎日です。

11月18日（金曜日）

【献立名】

カレーライス、発酵乳、チキンカツ、ほうれん草とベーコンのソテー、ゆで野菜サラダ、冷凍パイ

【栄養士より】

最終日の今日は、リクエストが多かったカレーの登場だったため、各クラスでのおかわりじゃんけんに参加している生徒が多く見受けられました。

ごはんの上にカツを乗せてカツカレーにして食べている生徒もいて、ボリュームのあるメニューでした。

給食を楽しんでいる生徒の姿を見ることができ、より一層中学校給食の実施の必要性を感じました。

この1週間は、萩園中学校の先生方や生徒の皆さん、調理などに携わっていただいた多くの方々にご協力いただきながら、無事にモデル事業を実施できましたことを心より感謝いたします。

○給食の写真

【円蔵中学校】

10月24日（月）



10月25日（火）



10月26日(水)



10月27日(木)



10月28日(金)



【萩園中学校】

11月14日(月)



11月15日(火)



11月16日(水)



11月17日(木)



11月18日(金)



○モデル事業での生徒の様子



