

オーガニック給食の実践について(報告)

松川中央小学校(木下)

1 献立作成について

・オーガニック=すべて有機で賄うという考え方ではなく、オーガニック→SDGsも含めた地域の食材で作る給食の日と定めて献立作成することとした。

そこで、ゆうき給食とどけ隊のみなさんの野菜や地域の食材、くだものを使用したメニューを検討し調理員と打ち合わせ、事前に試作を行い実施した。

献立は「もち麦玄米ごはん ゆうきの里おいしいみそ汁 おさつまる 凍り豆腐のごまあえ 牛乳」

2 オーガニック食材について

食材については、町内産 県内産 国内産で検討し、フードマイレージなども含め「食育」に生かせる内容で検討し購入先を決定した。購入先及び生産地は以下の通りです。

- ※ 米(有機米)玄米(有機米)麦(有機)→久保田さん
- ※ 牛乳(原乳は松川町)
- ※ ゆうきの里おいしいみそ汁→大根 里芋 人参 ごぼう 玉ねぎ こんにゃく(牛久保さん)
長ねぎ(寺沢さん)
煮干し(国産)みそ(マルマン有機大豆)
- ※ おさつまる→さつまいも(牛久保さん)ビーガンシュレット(アレルギー対応:国産)
だいちバター(アレルギー対応)豆乳(県産大豆使用:田内屋)
でんぷん(北海道)米油(国産)
- ※ 凍り豆腐のごまあえ→凍り豆腐(飯田下伊那産つぶほまれ)しょうゆ(つぶほまれ:松岡屋)
甜菜糖(北海道)みりん(国産米:養命酒)
白菜 人参(牛久保さん)黒すりごま(駒ヶ根産:豊年屋)
だししょうゆ(つぶほまれ:松岡屋)
- ※ りんご→減農薬栽培りんご(フルーツガーデン北沢)





だししょうゆ



しょうゆ



みりん



甜菜糖



凍り豆腐



くろごま



豆乳



塩(国産)



にぼし(国産)

☆ 調理の様子



当日の給食

きゅうしょくゆうびん CAIRO キョウシュクユウビン

11月25日(金)のこんだては・・・

今月の給食目標
「ちいさのしょくざいや、きょうどしょくをしよう」

京東京西よりのこんだて... ひとくろがだ聖(京東)...

今日の給食はオーガニック野菜です。写りの実物は、松戸産 葉巻菜 など
私たちの生んでいる地域で作られた野菜や果物に選んで調理で作られた食料を
から作られています。

もち麦玄米ごはんは久保田さんのお米と麦、お味噌は天童 又巻 ごぼう 鷹豆
玉ねぎ こんにゃくは平久保さん、夏野菜は朝日さん、みそは朝日産の天童を
使ったもの、お豆腐は朝日産のさつまいも、葉巻菜産の天童から作った豆乳

ごめんとは朝日産平久保さんから作った鷹豆 豆腐は平久保さん、ごめんとは
朝日産、りんごは朝日産のフルーティアン北沢さんの朝日産のもの、

あまのりは朝日産の朝日産さんのもの、牛乳はもちろん朝日産さん、

みりんは朝日産にある朝日産さん、お味噌は天童産のてんさいを使ったもの、

おいしい実物が集まりました！そしておいしい給食ができました。味わってね！
おまつまは手作りです。全部で1100個つくりました！

栄養価	小学校
エネルギー kcal	664
たんぱく質 g	18.4
塩分摂取量 g	2

食品の別	食品の別	食品の別
お米	にんじん	めんたいごはん
ビーガンチーズ	だいこん	もち麦
どうぶつよう	ごぼう	さつまいも
お豆腐	たまねぎ	こんにゃく
きゅうり	なつめ	さつまいも
	はくさい	てんぷら
	りんご	ごめんと
		みりん

きゅうしょく たい
ゆうき給食とどけ隊のみなさんの
やさしい くだもの あつまった こんだて
おいしい野菜や果物が集まった献立です！

久保田さんのおいしいお米、そして、使われた
お味噌。

フルーティアン北沢さんの
りんご、朝日産で作られています。自然の
「らし」を味わってください！

朝日産の朝日産さん、さつまいも
もおいしいです。味わってください！

今日の献立は朝日産さんです。

平久保さん、大塚 人幸、ごぼう 玉ねぎ 豆腐
こんにゃくもおいしいです。

朝日さん、おいしい朝日産です！
美味しく味わってください！



1 学年の給食の様子

まとめ

〈栄養士〉

- ・献立作成では、「有機」「オーガニック」をどこまで実現したらよいのか、悩む部分もありました。しかし、SDGS を給食でもという目標の中で、限りなく地域で購入できるもの。安全で安心の調味料を使用すること。児童、職員へ作りての思いが伝わる給食を作ることを目標に掲げることで、実現した給食としたかった。

フードマイレージや安全で安心な食材を調達することは、難しいわけではないが業者さんとの打ち合わせや大量調理で使用できるだけの生産量があるのか。などあらかじめ調べておく必要性を感じた。

今回、すべての業者さんのご協力により無事食材を購入でき、給食として提供することができた。

- ・調理員との連携も不可欠である。今回、試作を行い時間内に調理できるよう事前に打ち合わせておいたことがよかった。調理員の資質の向上や地域の食材を利用することでおいしい給食を作りたいという前向きな取り組みを行うことができた。
- ・校内では先生方よりおいしかったとの声をいただき、「食育」の一つとして実践出来たことはうれしい。また、調味料が身近な場所で作られていることなど知る良い機会になったようだった。
- ・児童にも好評で残食も少なく、実施してよかったと思う。

〈調理員〉

- ・貴重な食材と調味料なので、調理も気が引き締まりました。鍋やボールにひとかけらも残さないように丁寧に作りました。ひとつひとつの食材の味が引き立っていました。特に凍り豆腐とごまは忘れられません。自宅では手に入れば調味料でオーガニックをとり入れるのが取り組みやすいのかとも思いました。
- ・野菜や調味料がとてもおいしく感じられる献立でした。これを機にオーガニック有機野菜に興味を持ってくれたらよいなと思いました。
- ・全部をオーガニックにするのはなかなか難しいですが、有機野菜の味を生かすため基本の調味料(塩・しょうゆ)を変えるのもいいかと思いました。

オーガニック給食について

児童の感想：五平餅が珍しくておいしかった。

調理員さんの感想：普段と違う調味料を使用したため、計量など手間取った。

献立作成について：有機野菜を生かし、限られた調味料での献立作成は、経験不足もありとても難しかった。

普段から、有機野菜を使用し、他の食材や調味料も有機ではないが、国産のものやできるだけ地元産のものを使用している中で、オーガニック給食とうたった今回の取り組みとの差をつけることに苦勞した。

学校行事の読書旬間と期間が同じだったため、食品添加物の本とコラボして、化学調味料無添加などの調味料を取り入れた。

発注について：有機食材を扱っている業者が少ない。みそなどの調味料は、発注単位が大きく、北小では扱いにくい。

その他：食材を探す中で、新たな発見が色々あり、勉強になった。

予算的に難しい部分もあるが、今使っている食材を見直すことも必要かと感じた。

当日までに、児童にもう少し情報を発信し、知識を付けることができたならよかった。

当日、急遽本多が欠席だったため、調理室も慌ただしく、児童の様子を把握することができませんでした。予算をいただいた取り組みの中、申し訳ありません。

以上報告します。

北小学校 本多

オーガニック給食を行って

松川中学校 栄養職員 片桐美咲

松川中学校では、11月22日に、五平餅、ゆうき野菜のすまし汁、がんもどきの煮物、ゆうき白菜のおひたしを作りました。

五平餅にはゆうき給食とどけ隊『久保田』さんの「有機米」を贅沢に使い、五平餅のたれには、有機JASマークのついた「すりごま」と「みそ」を使用し、濃厚な美味いたれに仕上げました。

ゆうき野菜のすまし汁は、『牛久保さん』の「にんじん」「大根」、『寺沢さん』の「長ねぎ」を使用しています。有機野菜のおいしさが引き立つように、すまし汁にしました。

ゆうき白菜のおひたしは、9.5kgの白菜を使用しました。こちらの味もシンプルに、だし醤油で仕上げました。

子どもたちは「たくさんの環境に優しい食材が使われているってすごいね!」「残したらもったいない」等の意見がありました。「環境に優しい＝体に良い＝残したらもったいない」に結びついた気がします。「オーガニック」の定義次第では、使える食品・食材がもっとあったかもしれません。

いつか、ゆうき給食とどけ隊のメンバー全員の食材を使った給食も出してみたいです。

<広報とは別で、以下の意見の検討をお願いしたいです>

- ・有機JAS法の「すりごま」と「みそ」を使って給食を作ったが、ごまのみそは普段使っているものと味の違いは難しい。
- ・オールオーガニック給食は難しい。やる意味を明確に共有できるようにしてほしい。
- ・産業観光課でもう少し「オーガニック」の具体的な説明や指示がほしかった。「最後は栄養士の判断で」と言われ、最後まで苦しかった。
- ・オールオーガニックではなく、普段使わせていただいている「ゆうき給食とどけ隊」の食材を絶えることなく給食で使い続けることの方が大切だと思う。有機だけでなく、県産物や地域食材を使うことも大切。栄養士や調理員は「安心・安全な学校給食を児童・生徒へ届けること」に日々責任と使命感を持って勤務している。そのためには、産業観光課や生産者にも最大限の協力をしてほしい。給食に使う食材の最終点検（大きさ、傷がないか色や鮮度はどうか等）、急に使用できなくなった場合の報連相等がまだ不十分と感じるので、その部分も改善してもらいたい。お互いに歩み寄れるチームになっていきたい。

