

給食だより

平成24年7月2日
杉並区立和泉中学校

6月16日(土)に給食試食会が行われました。参加者は12名でした。(保護者9名、和P協1名、学務課保健給食係1名、新聞社記者1名)この日のメニューは、《スパゲティーミートソース・サウピカンサラダ・ピーチゼリー・牛乳》でした。PTA役員の方には配膳を手伝っていただき、ありがとうございました。当日は、給食の試食に続き、給食についての話を栄養士だけでなく、給食委託会社チーフ・調理員、学務課保健給食係の尾上さん、P協の齊郷さんからも頂きました。また、保護者の方から、残菜や味付けに関する質問も頂きました。それぞれ立場は違いますが、安全でおいしい給食を提供したい(してほしい)ということは同じだと思います。参加者にご協力いただいたアンケートの結果をご紹介します。アンケート結果を参考に、これからも安全でおいしい給食を提供したいと思います。

給食に関するアンケート

- Q1 本日のメニューはいかがでしたか? 良かった10 良くなかった0 わからない0
- Q2 給食の量はいかがでしたか? ちょうど良い9 少ない0 多い1
- Q3 味付けはいかがでしたか? ちょうど良い9 薄い1 濃い0 ※無回答1
- Q4 学校給食に関心がありますか? ある7 少しある3 ない0
- Q5 どのようなことに関心がありますか? メニュー6 栄養面6 味付け5 量3 安全面3
生産地1 その他0
- Q6 ご家庭で給食のことについて話しますか? よく話す1 時々話す7 話さない1 ※無回答1
- Q7 給食と家庭の献立が重ならないように考えていますか?
いつも考えている1 時々考えている4 全く考えていない5
- Q8 ご家庭の食事で気をつけていることはありますか? 栄養バランス8 間食について3
家族全員で食事をとる3 朝食は必ずとる9 マナー5 苦手なものも食べられるようにする3
食品の安全性3 添加物の有無2 その他0
- Q9 給食に関するご意見、ご感想、ご要望がありましたら、ご自由にお書きください。
- ・いつもありがとうございます。とても助かっています。高2の娘は、給食を懐かしがっています。
 - ・いつもおいしい給食をありがとうございます。家では、給食のように多くの食材を使って調理が出来ないのでありがたく思っています。今日の試食会のミートソースが、コクがあり非常においしかったです。
 - ・娘は給食が大好きです。たくさんおかわりもしているようです。ありがとうございます。少ない食数を作るのは、大変なことだと思いますが、これからもよろしくお願いします。
 - ・思ったより量が多かったですが、中学生には足りないか丁度いい位なのでしょうか。とてもおいしかったです。
 - ・いつも美味しい給食をありがとうございます。いろいろと工夫してくださっているのに、娘は偏食で野菜が苦手、残してしまっているかなと思います。家でも苦手なものを食べられるようにしていますので学校でもよろしく願います。
 - ・とてもおいしくいただきました。ありがとうございます。色々な物が食べられてとても良いと思います。
 - ・出来る限り国産のもの、添加物の少ないものを使用して頂くと有難いです。いつもおいしい給食をありがとうございます。子供も大好きでよくおかわりをするそうです。
 - ・とてもおいしくいただきました。試食してよくわかりました。安心でき、これからもよろしく願い致します。

試食会に関するアンケート

- Q1 本日の試食会はいかがでしたか? 良かった8 まあまあ2 良くなかった0
- Q2 またこのような試食会が行われた場合、参加を希望しますか? 希望する8 わからない2 希望しない0
- Q3 試食会に関するご意見、ご感想、ご要望がありましたら、ご自由にお書きください。
- ・生徒たちも給食がある日に試食会を設定してほしいです。3校時の授業参観の途中で帰り、昼食の用意をして試食会に参加しました。試食会の案内の手紙にメニューを載せて頂きたいです。
 - ・申し込みをする時にメニューが分かるといいです。次回は、生徒も給食がある日ということで、その方がいいです。
 - ・栄養士さんのお話とてもありがたかったです。
 - ・学校公開の日で良かったのですが、生徒に給食なしというので、来年から一緒にしてほしいと思います。土曜日という日程はとても良いと思います。せっかくの試食会ということ子供との会話ができたのかな?と思うので、親と子供と一緒にいいです。
 - ・日程をもう少し検討した方が良いでしょう。
 - ・栄養士さん、給食を作っていた方たちのお話を聞いてよかったです。ありがとうございました。



7月献立表

平成24年度

杉並区立和泉中学校

日	曜日	献立名	牛乳	エネルギー Kcal	蛋白質 g	材料		
						血や肉になるもの (赤色)	熱や力になるもの (黄色)	体の調子を整えるもの (緑色)
2	月	なすとトマトソースのスパゲティ サウピカンサラダ	ミルク コーヒ	804	30.4	豚挽き肉 大豆 みそ 粉チーズ ミルクコーヒ	スパゲティ ジャがいも 砂糖 サラダ油 ごま油	トマトビュレ ホルムコ缶 人参 なす にんにく 玉葱 キャベツ ホルムコ缶
3	火	わかめごはん エッグコロケ 冬瓜スープ	○	873	29.4	大豆 豚挽き肉 卵 鶏胸肉 油揚げ かまぼこ 豆腐 枝き込みわかめ 牛乳 (さば節)	米 麦 ジャがいも マッシュポテト 小麦粉 卵 でんぶん 炒りごま サラダ油 ごま油	人参 万能葱 玉葱 冬瓜
4	水	ハヤシライス (豚) 大根コーンサラダ プラム	○	866	23.1	豚肉 生クリーム 牛乳 (豚骨)	米 麦 ジャがいも 小麦粉 でんぶん 砂糖 サラダ油 バター ごま油	人参 トマトビュレ にんにく 生葱 セロリ 玉葱 マッシュポテト クリゾス ホルムコ缶 大根 プラム
5	木	麦ごはん ホキの変りソース ゆかり和え じゃがいものピリ辛煮	○	788	29.9	ホキ 豚挽き肉 牛乳	米 麦 小麦粉 でんぶん 砂糖 じゃがいも サラダ油 ごま油	ゆかり 玉葱 にんにく 生姜 長葱 クリゾス 大根 きゅうり
6	金	鮭寿し そうめん汁 フルーツポンチ	○	862	30.8	甘塩鮭 卵 油揚げ 鶏肉 かまぼこ 粉寒天 牛乳 (さば節・出し昆布)	米 麦 砂糖 素麺 サラダ油 炒りごま	人参 オクラ きゅうり えのき草 玉葱 長葱 みかん缶 もも缶 パイナップル缶
9	月	夏野菜のかき揚げ丼 大根と豆腐のみそ汁 メロン	○	842	29.0	大豆 わきえび いか 卵 豆腐 油揚げ わかめ 牛乳 (さば節・煮干し)	米 麦 小麦粉 砂糖 サラダ油	南瓜 人参 アスパラガス 小松菜 玉葱 なす 大根 長葱 メロン
10	火	麦ごはん 【国産食材の日】 鮭のあけぼの焼き 肉じゃが 野菜のおかか和え	○	824	36.7	生鮭 豚肉 かつお節 牛乳	米 麦 ジャがいも つきごんにやく サラダ油 マヨネーズ	人参 さやいんげん 小松菜 玉葱 もやし
11	水	冷やし中華 【地元野菜デー】 じゃがいももち 枝豆	○	839	33.0	卵 豚もも肉 青のり チーズ 牛乳 (さば節)	生中華麺 砂糖 じゃがいも でんぶん ごま油 サラダ油 炒りごま	人参 ミント 大豆もやし 緑豆もやし きゅうり 長葱 生姜 枝豆
12	木	キムチチャーハン 揚げぎょうざ ひじきスープ	○	845	31.2	豚肩肉 豚挽き肉 むきえび 豆腐 卵 ひじき 牛乳 (さば節)	米 麦 でんぶん 餃子の皮 小麦粉 サラダ油 炒りごま ごま油	人参 ビーマン ニラ ほうれん草 キムチ にんにく 生姜 キャベツ 長葱
13	金	ゆかりごはん ししやもの磯辺揚げ 厚焼き卵 ジャがいもの金平	○	846	27.8	卵 ししやも 青のり 牛乳	米 麦 小麦粉 砂糖 ジャがいも つきごんにやく サラダ油	ゆかり 人参 さやいんげん ごぼう
17	火	きなこ揚げパン チリコンカン 何でも千切りサラダ	○	834	29.2	きな粉 赤いんげん豆 豚肩肉 ベコン ひじき 牛乳 (豚骨)	コッペパン 砂糖 小麦粉 サラダ油 バター	人参 ホルムコ缶 トマトビュレ セロリ 玉葱 マッシュポテト 大根 キャベツ きゅうり
18	水	プルコギ わかめスープ すいか	○	793	31.2	豚肉 鶏肉 豆腐 わかめ 牛乳 (鶏骨)	米 麦 でんぶん 砂糖 サラダ油 炒りごま	人参 ニラ 小松菜 にんにく 生葱 大豆もやし しめじ 長葱 たけのこ すいか
19	木	さんまの蒲焼き丼 【国産食材の日】 かきたま汁 もやしと小松菜の梅醤油和え	○	873	33.3	さんま 鶏肉 豆腐 卵 わかめ 牛乳 (さば節)	米 麦 小麦粉 でんぶん 砂糖 サラダ油	小松菜 長葱 もやし 梅干し
20	金	夏野菜カレー じゃこサラダ アップルゼリー	○	847	26.0	豚肉 セラチン チーズ ちりめんじゃこ 粉寒天 牛乳 (豚骨)	米 麦 ジャがいも 小麦粉 砂糖 サラダ油 バター 炒りごま ごま油	人参 南瓜 ホルムコ缶 小松菜 にんにく 生葱 セロリ 玉葱 なす キャベツ きゅうり アップルジュース

※都合により献立が変わることがあります。

【地元野菜デー】

学校給食の食材に、杉並区内の農産物を活用することにより、子どもたちが農産物や都市の中の農業に関心をもち、学校給食を食育の教材として充実させていくことを目的として、東京中央農業協同組合にご協力をいただき実施します。

和泉中学校では、7月11日(水)に杉並区内で生産された枝豆・じゃがいも・きゅうり・人参を使用する予定です。



【7月の行事食】

6日(金) そうめん汁
七夕 (7/7)

七夕は、五節句の一つで7月7日に行われる行事で星祭りとも言います。七夕には、そうめんを天の川に見立てて供えたり、食べたりします。そうめんは、奈良時代に唐菓子として伝わり、平安時代には宮中の儀式で七夕の供え物として用いられていたとも言われています。