



みやぎ

学校給食だより



給食会スローガン～子どもたちの「未来！」のために～

《TOPICS》

- I 学校給食現場における食育活動紹介 【2・3ページ】
- II 給食会の1日～倉庫編～ 【4・5ページ】
- III 宮城県産食材！生産現場の声 【6・7ページ】
- IV 宮城の郷土料理特集 【8ページ】



2025.9

学校給食現場における食育活動紹介

宮城県立秋保かがやき支援学校の給食に密着！！

今回は、宮城県立秋保かがやき支援学校様にご協力をいただき、調理の様子から児童生徒の喫食の様子を取材させていただきました！普通食とは違った形態食別の調理ポイント等を学ばせていただきました。一部にはなりますが、紹介させていただきます！

今日の献立 ごはん、牛乳、鶏肉のスタミナ焼き、ポテトサラダ、卵スープ

ごはん 形態食の種類

米飯

→

軟飯

→

おかゆ

→

ペースト



軟飯は炊飯器で水分量を調整し炊飯。軟飯をフライパンに移し、水分を足しておかゆ。おかゆに「スベラカーゼ」を投入し、ミキサーでペースト状のおかゆ。ちなみに、スベラカーゼを使用することで「食べている間にベタベタしないプルプルとしたゼリー」のように仕上がります。

鶏肉のスタミナ焼き 形態食の種類

普通

→

軟菜

→

ペースト



軟菜とペーストで使用する鶏肉には調理前に「スベラカーゼミート」に漬け込む。軟菜は加圧し柔らかくします。ペーストは加圧された軟菜をミキサーにかけます。それでもペーストになりにくいときには、軟飯を足す場合もあります。

ポテトサラダ 形態食の種類

普通

→

軟菜

→

ペースト



ハムを使用しており、ハムの皮は硬く誤嚥の原因になりかねないため、軟菜ではマヨネーズと一緒にミキサーにかけ、ドレッシングのようにします。ハムはミキサーにかけてもザラザラ食感が残りやすいため時間をかけてミキサーにかけます。じゃがいもは児童生徒の喫食しやすいサイズがそれぞれ違うため、大きくカット(1/4程度)し、担当の先生が喫食直前に手元調整を行っています。



ハムマヨドレッシング

野菜の加圧

大カットじゃがいも

卵スープ 形態食の種類

形態食の種類

普通

→

軟菜

→

ペースト

軟菜の場合、わかめは繊維が残り食べにくいいため、ミキサーにかけてからスープに入れます。加圧した野菜とスープは別皿で提供します。児童生徒の状態に応じて、スープにとろみをつけるのに使用したり、ごはんを軟らかくしたりする時に使えるように分けています。



パン粥 形態食の種類

形態食の種類

普通

→

軟菜

→

ペースト

パンをフードプロセッサーでパン粉状に粉碎し、鍋で水・牛乳と合わせて加熱してパン粥を作ります。パン粥をスベラカーゼと一緒にフードプロセッサーにかけるとなめらかで飲み込みやすいペーストになります。



学校給食現場における食育活動紹介

生徒も先生も楽しみにしている時間

蔵王町立遠刈田中学校
宮城県刈田郡蔵王町
遠刈田温泉字小妻坂山16



蔵王連峰の麓にある全校生徒40人の中学校に昼が来た！

遠刈田中学校に今日も給食の時間がやってきた。山の風を感じながら、みんなで食べる昼ご飯がここにある。

給食前に机をふきふき・・・



食事をする環境を整えること。それは、食育の第一歩。みんなで使う場所をきれいにすることで、給食への感謝の気持ちも深まります。「いただきます！」のその前に心を込めて仲間の机をピカピカに。今日の給食を美味しくいただくための「お・も・て・な・し」の心で一つ一つ丁寧に拭いていきます。さあ、準備は万端！

給食当番による配膳



給食当番は真剣な表情で大鍋と格闘中。残りが少なくなるにつれて「あと何人分だろう？」分ける側の苦悩がひしひしと伝わってきます。公平に、そして美味しく配膳しようとする給食当番の責任感と、今日の給食を存分に味わいたいみんなの期待感が交錯するこの時間。みんなに行き渡ったらいよいよ「いただきま〜す！」

給食に情熱を燃やす瞬間



給食といえば食欲と友情が交差する「おかわりじゃんけん」！愛情たっぷりの給食をもっと食べたい！そのビュアな思いがみんなをじゃんけんに駆り立てます。勝ち負け以上に、みんなで食卓を囲む楽しさ、そして「もっと食べたい！」という健全な食欲が、この瞬間を最高に盛り上げます。今日は誰の手におかわりが渡ったかな？

心豊かに食す



それぞれが給食と向き合い、静かに、そして真剣な表情で味わっている姿。五感で給食を楽しんでいる様子が伝わってくる。ただ空腹を満たすだけじゃない。献立の工夫や食材の彩り、口の中で広がる味わいをゆっくりと堪能する時間。仲間と共に同じものを食べ、今日の給食に感謝しながら味わうこの瞬間こそ至福の時間です。

放送委員が献立を紹介



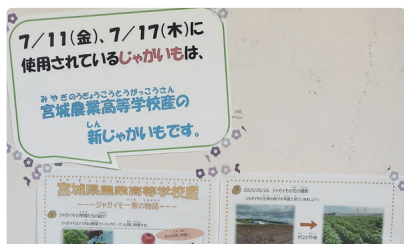
放送室ではマイクを前に真剣な表情で原稿を読み上げます。献立の紹介に、食材の秘密、そして栄養教諭からのメッセージ。給食の魅力余すところなく、全校生徒に届けてくれるのは、放送委員の皆さん。今日の給食は、どんなスペシャルストーリーを秘めているんだろう？さあ、耳を澄まして聞いてみよう！

食後は自分の席で歯磨き



給食を食べたら忘れちゃいけないのが歯磨き！「自分の健康は自分で守る！」って言うけど、いくつになっても美味しいものを自分の歯でモリモリ食べるには、毎日の歯磨きがめちゃくちゃ大事なんです。将来の自分のためにも、食後はしっかり歯を磨いて、ピカピカの笑顔で午後の授業も頑張りましょう！

配膳室前の食育コーナー



栄養教諭作成の掲示物。給食の食材は、たくさんの生産者さんが愛情を込めて育ててくれたものばかり。そうした苦労や思いをしっかりと伝えてくれています。みんなが美味しい！と笑顔で給食を食べる姿が、生産者さんや調理員さんにとって何よりの喜びです。感謝の気持ちを忘れずに、今日も給食をいただきましょう！

栄養教諭による食に関する授業



食の大切さや奥深さを伝えたいという栄養教諭の思いが溢れます。生徒の素直な言葉を大切に拾い上げて、そこから話を広げていきます。授業の後はまさに生きた教材「給食」の出番！座学で学んだことをすぐに実践します。生きる上でより良い「食」を選択できるようになってほしい。そんな栄養教諭の願いがみんなに伝わったかな？

校長が思いつきで始めたブログ



献立に隠された栄養の秘密や、生産者さんの苦労、そして給食室での調理員さんの熱い思いまで、給食に限らず、食にまつわるあらゆる話題を取り上げます。「食べるって楽しい！」「食って奥深い！」そんな気持ちをこのブログを通して伝えたい。そんな思いが詰まっています。



給食会の1日 ～倉庫編～

本会の倉庫は、令和4年に事務所が現在の場所に移転するのに伴い新築されました。

常温倉庫が266.80㎡、冷凍・冷凍倉庫が264.41㎡と移転前より広くなった倉庫で約1,000品目の物資を保管管理し、安全安心で良質の給食物資の安定的な供給に努めています。



一日の流れ

当日配送の冷蔵・冷凍物資をトラックに積み込む

翌日配送の常温物資のピッキング

荷受け

翌日配送の常温物資の積み込み

倉庫の朝は午前6時頃から始まります。常温物資は前日のうちに行先ごとにトラックに積み込み、冷蔵・冷凍物資は当日の朝に積み込みます。

トラックが配送に出発した後は翌日配送分のピッキングや荷受けの作業を行います。

午後、トラックが配送から戻ると翌日配送の常温物資の積み込みを行い、冷蔵・冷凍品は翌日の朝に積み込む分をピッキングして積み込むばかりに用意しておきます。



↑ドライバーごとにピッキングされた物資

←夏休み中のため倉庫にはだいぶ余裕があります

物資の管理において一番気を使うのは賞味期限の管理です。先入れ先出しはもちろんのこと、出荷指示書に記載されているとおりに用意しなければなりませんので、納品された物資の賞味期限の管理が重要です。

同じ製品でも規格が複数あるものも多いので、ピッキングの際には規格も間違いのないように確認します。また缶詰のへこみや錆、外袋の穴などが目視で確認しています。

缶詰のへこみや多少のさびなど、商品の品質に影響のないものに関しては可能な限りフードバンクに提供するなど食品ロス削減に取り組んでいます。

真夏の常温倉庫は30℃を超える暑さになるのでファン付きの空調ベストを着用するなど熱中症対策をしています。また冷凍倉庫では一年中-25℃の寒さの中での作業になるので夏でも防寒インナーや防寒具が欠かせません。倉庫での作業は一年を通して温度との戦いです。



この8名とドライバー7名で物資を皆様のもとへお届けしています。
(於 常温倉庫プラットフォーム)



配送用のトラックや物流パレット、倉庫建物の外構も定期的に清掃しています。

今後も安全安心な物資の提供のために職員一同取り組んでまいりますのでご協力よろしくお願いします！

新入職員

物資課・松橋幸斗さんのお仕事に

一日密着!!



松橋さん

好きな食べ物:肉、特にステーキ
好きな給食メニュー:海保カレー (注1)
趣味:バドミントン

(注1)海保カレー

松橋さんの出身地塩竈市の新名物で、宮城海上保安部の巡視船「くりこま」で食べられているカレー。海保カレーは3種類ありますが、松橋さんの出身校の給食で提供されていたのはフルーツがたくさん入ったフルーツキーマカレー。爽やかな甘みと酸味が絶妙なんだそう。



おはようございます!

事務所は2階です



8:30 出勤



冷凍倉庫

倉庫の配置も
覚えめました!



9:00
倉庫作業



常温倉庫

荷受けした物資を手際よく棚に収めていきます。
部活で鍛えた体力で力仕事もお任せください!



12:00 昼休み

倉庫の休憩室で昼休み。
お昼ごはんでパワーチャージ!
自分でお弁当を作ってくることもあるそうです。



配送に出ることもありますので
見かけたら気軽にお声がけください!



電話対応にも
自信があります!



13:00 事務仕事

先輩に教わったことを確認しながら
作業を進めます。集中集中!



おつかれさまでした!



17:15 退勤

お仕事終了。
明日も頑張ります!!

今回は物資課松橋幸斗さんのお仕事を紹介しました。

四月に入社した松橋さんは食を通じて子どもたちの健康を支えたいという熱い想いをもって日々の業務にあたっています。

現在は倉庫業務と事務作業を中心に担当しており、仕事にも慣れてきて毎日楽しくやりがいを感じながら働いているそうです。

目標は早く先輩たちに追いつくこと、と意気込みを語ってくれました。応援しています!

宮城県産食材！生産現場の声

『きくらげ栽培』から始まった農業法人

株式会社イマジン・ジャパン 取締役 鈴木 健

いつも、**県産きくらげ**、**県産パプリカ**、**県産長ねぎ**をご利用いただきありがとうございます。



当社は栗原市を拠点に、登米市と加美町できくらげを生産、栗原市にある協力農場は国産パプリカ大型ハウス栽培を国内初めて開始した、リッチフィールド栗原と協力し県産パプリカを供給しています。令和5年度より栗原市高清水で長ねぎ栽培を開始しました。また、国産ハーブのよもぎ栽培を大崎市鹿島台で行い、草餅等のペースト工場に出荷しています。

私たち農業法人の原点は、営農型ソーラーシアリングできくらげ栽培を開始したことです。太陽光パネルの日陰を利用して、6月下旬から9月まで自然の温度で収穫できる、夏きのこ『国産きくらげ』二千菌床を栽培し8年目に入ります。現在は、耕作放棄地等を活用し、地域雇用を創出、地産地消で安心安全な農産物を消費者の方へ供給したいとの思いから農業法人を経営しています。



公益財団法人宮城県学校給食会とは、『食育と地産地消・農業を知ってもらう』をテーマに農場を小学生や栄養士の方に見ていただこうと収穫体験を開始しました。

第1弾として、昨年7月に加美町の太陽光発電所にある、きくらげ農場の体験見学会を行いました。加美町立東小野田小学校様が来てくれ『**栄養面ときくらげの栽培と収穫体験、再生可能エネルギー**』を見ていただき、農業の楽しさや大変さを見て知って、興味を持ってもらいました。今年7月にも来ていただきました。



第2弾として、今年9月から10月の収穫時期に栗原市高清水圃場約2haで『**県産長ねぎの食育・体験見学会**』と題して、手作業でのネギ掘りや最新の機械収穫作業、根・葉切り、皮むき、光センサーによる太さ計測など出荷管理作業の見学も行いたいと思います。

ご見学は予約制のため、お問い合わせは公益財団法人宮城県学校給食会にご連絡ください。（食育安全課：022-797-9064）

株式会社高政

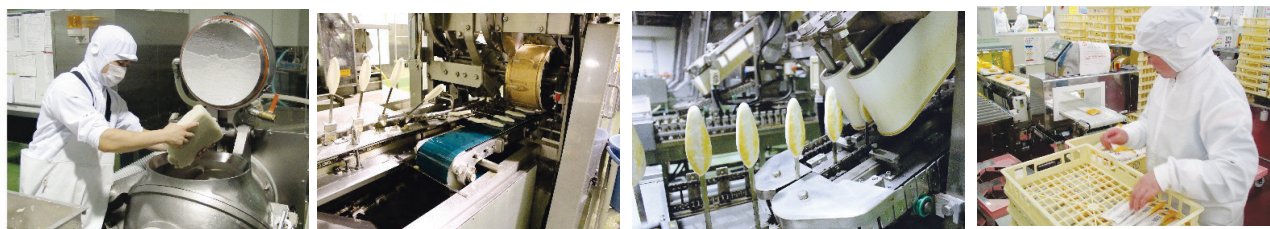
蒲鉾本舗



安全安心で環境にも優しい工場から、
「なのに美味しい」笹かまぼこをお届けしています。



美しい万石浦を臨む高政・万石工場。同じ敷地内に高政の直営店本店「万石の里」があり、かまぼこをお買い求め頂けるだけでなく、工場見学も出来ます。



万石工場には4つの製造ラインがあり、笹かまぼこ・揚げかまぼこを作っています。高政では美味しいかまぼこを作るために、市場での買い付けから最終製品に至るまでの全過程を一貫して行っています。それこそが「魚を知り尽くした蒲鉾屋」と称される所以です。すり身を最新鋭のボールカッター(写真左)で素早く練り上げ、笹のかたちに成型。その後、直線19mのライン上で遠赤外線ヒーターで焼き上げるので、焼きムラがほとんどありません。食品マネジメント規格であるJFS認証を受けた本工場は、業界初のオール電化の製造工程で設備からのCO2排出量ゼロ。安全安心で環境にも優しい工場で、美味しい笹かまぼこが出来上がります。



「減塩笹かまぼこ(Ca強化)30g」

直営店やデパート等の銘店コーナーで見かける高政が、給食専用の笹かまぼこを開発、2024年より発売しています。コンセプトは「なのに美味しい」。減塩だから美味しくないでは、完食率が下がってしまいます。本商品は上級すり身と利尻昆布を使用しているので、減塩なのに美味しい。更にカルシウムもたっぷり取れる上、アレルギーフリーなので、安心してお召し上がり頂けます。

宮城県
女川町
産品

食塩相当量
0.4g/枚
40%減塩※

カルシウム
64mg/枚
通常の9倍※

アレルギー
フリー
(28品目)

上級すり身・
利尻昆布
使用

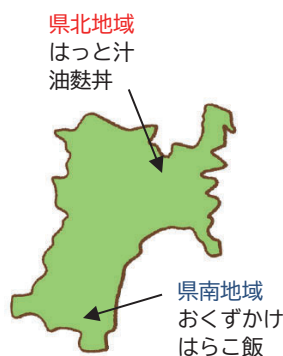
※ 日本食品標準成分表(8訂)対比

宮城の郷土料理特集

宮城県の県北地域でははっと汁や油麴井、県南地域ではおくずかけやはらこ飯などが古くから親しまれてきました。今回は県北地域のはっと汁と油麴井を取り入れた献立をご紹介します。

はっと汁 出汁の中で季節の野菜や肉を煮込み、耳たぶほどのかたさに練った小麦粉を薄くのばして入れ、醤油などで味付けをした料理です。四季を通して家庭で食べられるほか地域の行事でふるまわれることもあります。

油麴井 油麴は県北の登米地方に昔から伝わる食材で、小麦粉とグルテンを練り合わせ植物油で揚げて作ります。油麴井はかつ井のかつの代わりに油麴を使った料理です。だし汁を吸った油麴の旨味と歯ごたえで肉を使わなくても食べ応え十分です。



おすすめメニュー

油麴井
はっと汁
梅和え
牛乳



栄養価(1人分)	
エネルギー	747kcal
たんぱく質	29.9g
脂質	20.5g
食物繊維	4.2g
カルシウム	302mg
マグネシウム	94mg
鉄	2.6mg
亜鉛	3.7mg
ビタミンA	256μg
ビタミンB1	0.31mg
ビタミンB2	0.63mg
ビタミンC	15mg
食塩相当量	2.6g

油麴井

材料(4人分)

油麴(スライス) 60g 長ねぎ 40g 卵 200g だし汁 360g しょうゆ 16g みりん 24g 三つ葉 4g ご飯 600g

作り方

- ①鍋にだし汁、しょうゆ、みりんを煮立たせ油麴を加える。
 - ②油麴に煮汁がしみ込んだらねぎを加える。ねぎがしんなりしたら溶き卵を回し入れて三つ葉のをせて火を通す。
 - ③ご飯の上に②のをのせる。
- ※油麴は水で戻さずに煮汁で煮込みます。

はっと汁

材料(4人分)

冷凍ゆでひつまみ 200g 鶏もも肉 80g だいこん 80g にんじん30g ごぼう 30g 干しいたけ 4g 長ねぎ 40g
だし汁 800g しょうゆ 28g 酒 20g

作り方

- ①だし汁に鶏もも肉とだいこん、にんじん、ごぼう、干しいたけを入れて煮る。
 - ②肉と野菜が煮えたら冷凍ゆでひつまみを加えて加熱する。
 - ④調味料で調味して長ねぎを加え、ひと煮立ちさせる。
- ※今回は当会取り扱いの「冷凍ゆでひつまみ」を使用しましたが、小麦粉を水で練ったり市販の「はっと粉」を用いても美味しくできます。

梅肉和え

材料(4人分)

トマト 80g きゅうり 40g コーン 40g ひじき(乾燥) 4g 砂糖 2g 酢 6g 梅干果肉 4g

作り方

- ①ひじきは下茹でして流水で冷却し水気をよく切る。
- ②梅干しは種を取り、細かく刻んで砂糖と酢と合わせる。
- ③トマトときゅうりは食べやすく切り、コーン、ひじきと合わせて調味料で調味する。

編集後記

本号の発刊にあたり、多くの皆様方にお力添えをいただき、誠にありがとうございました。

今後も学校給食の安全・安心な物資のご提供に努めて参りますので、ご理解、ご協力を賜りますようお願い申し上げます。

編集・発行

公益財団法人宮城県学校給食会

仙台市太白区茂庭2丁目2番地の6

TEL 022-797-9064

FAX 022-797-9074

Mail miyagi@m-kengakukyu.or.jp

HP <http://www.m-kengakukyu.or.jp>