

おうしゅうし食育だより お祝い拡大号

令和2年1月

奥州市健康福祉部健康増進課

昨年12月7日、8日に東京都で開催された第14回全国学校給食甲子園（NPO法人21世紀構想研究会主催）決勝大会に、奥州市胆沢学校給食センターの3名が出場し、見事、**優秀賞**を受賞されました。受賞のお知らせを聞いて、わんパクションが胆沢学校給食センターに行って取材をしてきたようです。

胆沢に行ってみま〜す

奥州市食育キャラクターわんパクション



★大会出場メニュー★

牛乳

ブルーベリーゼリー

金色の風ごはん

胆沢納豆の元気あえ

ぴかぴかピーマンの肉詰め
〜江刺りんごソースがけ〜

大谷選手に続け！
二豆流汁（にとりゅうじる）



1時間で6人分の調理をして、洗い物まで終わらせます。ごみの捨て方や温度管理など、衛生上の審査もされています。

優秀賞（野口医学研究所賞）

決勝大会に出場した12施設の中で最も栄養バランスが良い献立に贈られる賞です。





到着～☆



主任栄養士の菊地万里子さんにお話を伺いました。
受賞おめでとうございます☆

大会へ応募のきっかけは何だったんですか？



大会は今回で 14 回目になります。奥州市の学校給食施設は定期的に応募していました。昨年、胆江地区の半数が応募したので、今年度は胆沢学校給食センターを含めた 6 施設が応募しました。

大会審査経過



このメニューに決めたのはどうしてですか？



大会では、「普段から給食に提供しているメニューで、『地場産物を使用し、その特色を生かした献立』というルールがあります。奥州市の食材をたくさんPRできるものを選びました。

大会に出場するまでに大変なことはありましたか？





はい、そうです。日本の学校給食の歴史は、明治 22 年に山形県にある学校で貧しい子どもたちへ無料でお昼ご飯を提供したのが始まりとされています。戦争などで中断されていましたが、戦後、支援物資による給食再開を記念して設けられたのが、1月24日～30日の「**全国学校給食週間**」です。

市内の学校給食施設では、施設ごとにテーマを設け、給食提供をしています。**今年の当施設のテーマは「奥州」**で、**奥州の5地域のおいしい食材を5日間提供**します。昨年の大発見「ブラックホール」にちなんだ給食もありますよ～♪

最後に、今後の抱負をお願いします！



これからも、**子どもたちの笑顔のため、心と体が豊かに成長できるように給食を作っていきます。**

目指せ！第二の大谷選手～！！！！

お忙しいところありがとうございました。一緒に写真撮ってください！



☞一緒に出場した主任調理師の
堀筆光江さんとパシャリ☆



うしろの壁には社会科見学に来た児童・生徒みなさんの感謝のお手紙がたくさんあったよ。
みんなが食べている奥州市の食材をつかった給食が**全国で一番栄養バランスが良い**って凄い！
自慢の給食だね☆



奥州めぐみちゃん

レシピを教えてもらったよ☆



【胆沢納豆と野菜の元気あえ】

【材料】～4人分～

- ・胆沢納豆（ひきわり）・・・1パック
- ・白菜・・・・・・・・・・・・40g
- ・ほうれん草・・・・・・・・・・40g
- ・もやし・・・・・・・・・・・・100g
- ・にんじん・・・・・・・・・・25g
- ・プロセスチーズ・・・・・・・・20g
- ・濃口醤油・・・・・・・・・・大さじ1/2
- ・三温糖（上白糖でも可）・・・小さじ1/2

【作り方】

- ①野菜は洗って切る。（白菜は1センチ幅、ほうれん草は2～3センチ。にんじんは干切り）
- ②鍋に湯を沸騰させ、にんじん、白菜、もやし、ほうれん草の順に茹でて、冷水で冷やす。
- ③②の野菜と、小さく切ったチーズ、納豆、調味料を合わせよく混ぜて出来上がり！

【おすすめポイント】＊野菜と一緒に茹でることで時短に！！
 ＊濃口醤油ではなく、納豆についてくるタレや、めんつゆを使ってもOK!!
 ＊旬の野菜を使うと季節感が出ます！！

わんパックスのひとこと

胆沢学校給食センターの栄養士さんからお話を聞いて、おいしい給食を届けるために、生産者さんや一緒に働く調理師さんなどたくさんの方が関わっていることがわかったよ。僕の頭にあるりんごやピーマン使ってくれて嬉しかった☆

奥州市のおいしい食材をたくさん使った給食で、みんなが笑顔になってくれたら僕も嬉しいな。

他にも食育に関係する場所に行ってみるよ！楽しみにしていてね☆



次はどこに行くのでしょうか？

次回もお楽しみに☆