



学校給食会だより

ご覧ください



第11回「心に残る給食の思い出」作文コンクール入賞作品 公益社団法人 全国学校栄養士協議会会長賞

このコンクールは、公益社団法人日本給食サービス協会の主催で行われ、全国のこどもたちが学校給食を通して、食の大切さや作り手・生産者への感謝の気持ちなどについて考える機

会となることを目的とした作文コンクールです。

このたび令和6年度に受賞した作品をご紹介します。

『給食は進化する』

会津坂下町立坂下東小学校 五年 石田 優 士さん

ぼくのばあちゃんは、毎月の給食の献立表を見るのが楽しめたそうです。「まっくろくろすけって何?」「リッチちゃんサラダってどんなの?」献立表を見ながらばあちゃんがぼくに聞きます。ぼくがメニューの味や具の説明をする、と、「ばあちゃんの時はなかったし、お母さんの時もなかったな。今の給食は外国の料理がたり、他県の郷土料理までおもしろいね。」とおどろきます。

ばあちゃんの小学校の時にはどんな給食を食べていたのか聞きました。ばあちゃんの頃は、給食が始まったばかりの時だったそうで、ご飯ではなくパンが主食だったことや牛乳の代わりに脱脂粉乳だったことを知りました。脱脂粉乳とは、牛乳から脂肪分と水分を取り除き粉末状にしたものでとても栄養があるそうです。脱脂粉乳はあまりおいしくなかったようですが、毎日の給食が楽しかったと言っていました。カレーやミートソースなど給食だからこそおいしかったメニューもあったそうです。じいちゃんは、「給食が楽しんだから学校に行ってた。」なんて言っていました。

給食とは……と考えた時、栄養のバランスのとれた食事ということはみんなが知っていることです。でもそれは大人が考えていることで、ぼくたちにとって給食は学校に行く楽しみの一つです。楽しみながら健康になれる給食は最高です。毎朝献立表を見て好きなメニューだとやる気があります。

まっくろくろすけやリッチちゃんサラダは、ぼくが好きなメニューです。名前だけではどんな味が入っているかわからないけど、配られると食べるのが楽しみになります。きつとばあちゃんたちも新しいメニューの時は、同じ気持ちになったんだろうなと思います。メニューの種類や材料は時代に合わせて変化しても「給食」が共通の話題になり、世代をこえて思い話がでるのはいいことだと思います。ぼくとばあちゃんの年はすごく離れているけど、毎日食べてきた給食の話をする会話がいっぱいあります。休みの日にはばあちゃんといっしょに「まっくろくろすけ」を作りました。白玉の形がいびつになつたり甘さがたりなかったりなど給食のまっくろくろすけとは違ったけど、ばあちゃんと笑いながら悩みながら作ったまっくろくろすけはとてもおいしく感じました。時々ばあちゃんと給食をまねて料理する時間、ぼくは大好きです。

今と昔、時代は違っても給食を楽しみに学校に行く子どもがたくさんいるのは同じなんだと思います。これからも食材を育ててくれる人、調理してくれる人に感謝しておいしく食べます。ぼくが大人になったらどんな給食が作られるのかな、楽しみです。

まっくろくろすけ (1人分)

- 白玉餅 幼 3ヶ 小 5ヶ 中 6ヶ
- 黒すりごま 7 g
- きなこ 1.5 g
- きび砂糖 6 g
- 塩 0.05 g

粉を合わせ、茹でた白玉餅をからめる。



※給食会で取扱う精米は、放射性物質検査を実施しています。
※精米工場の施設見学をご希望の方は、当会業務課までご連絡ください。

小さな卵に大きなパワー! うずら卵の活用レシピ

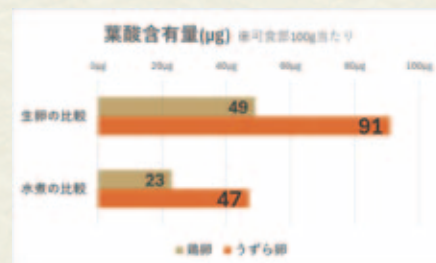
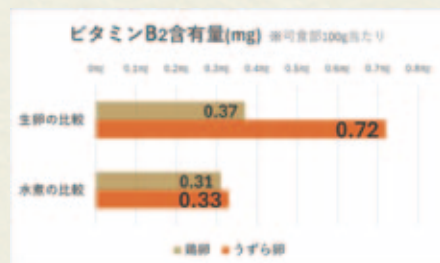
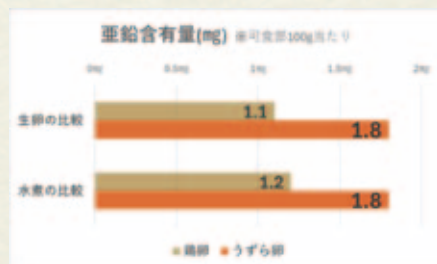
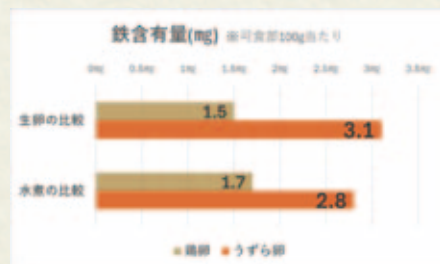


天狗缶詰株式会社 (愛知県名古屋市) 営業支援課 河村 あ い

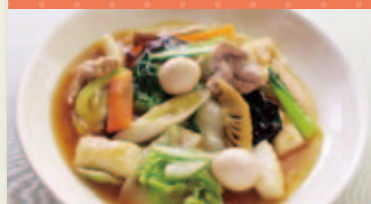
鶏(にわとり)の卵の約1/6の重さで、かわいらしいサイズが特徴のうずら卵。生のうずら卵・うずら卵水煮には、食べられる部分(可食部)100g当たりで比較すると、それぞれ生の鶏卵・鶏卵水煮の含有量を上回る栄養素があるのをご存じですか。

不足しがちな鉄分や亜鉛、さらにビタミン群でもビタミン

B12・ビタミンA・ビタミンB2・葉酸は、鶏の卵に比べてうずら卵の方が多く含まれています(※)。小さなうずら卵に秘められたパワー、ぜひ献立メニューにお役立てください。(※詳細は弊社のうずら卵の情報サイト「うずら.com」でご紹介しております。ぜひご確認ください)



定番のうずら卵入り八宝菜 ~うずら卵の人気メニュー~



材料 (4人分)

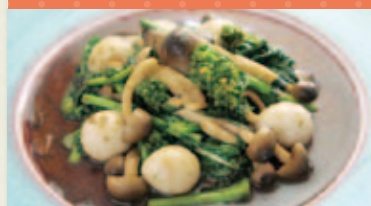
- 豚こま切れ肉 …… 120g (酒・生姜汁(各大さじ1)、塩麹(小さじ1)で下味をつける)
- いか …… 1/2杯(冷凍なら100g)
- 人参 …… 40g(短冊切り)
- 長ねぎ …… 1/3本(斜め薄切り)
- たけのこ水煮 …… 60g(スライス)
- 白菜 …… 150g(葉と芯を分けて切る)
- チンゲン菜 …… 1/2株(葉と茎を分けて切る)
- きくらげ(乾燥) …… 8~10g(水で戻して切る)
- うずら卵水煮 …… 8個
- ごま油 …… 適量
- 【調味料(A)】
- 鶏がらスープ …… 200ml
- 酒 …… 大さじ3
- 醤油 …… 大さじ3
- 砂糖 …… 小さじ2
- 【とろみ付け】
- 片栗粉・水 …… 各大さじ2 (合わせて水溶き片栗粉に)

作り方

- 1 豚肉に下味(酒・生姜汁・塩麹)をつけてしばらく置く。野菜・いかを下ごしらえする。調味料Aを混ぜておく。
- 2 フライパンにごま油を熱し、白菜の芯・チンゲン菜の茎・人参・たけのこ・きくらげを炒める。
- 3 白菜の芯が透明になったら、豚肉・いか・白菜の葉・チンゲン菜の葉を加えて軽く炒める。
- 4 うずら卵と調味料Aを加えて煮立てる。
- 5 水溶き片栗粉でとろみをつけて完成。

(レシピ制作 博士(食物栄養学)・料理研究家 青木敦子氏)

うずら卵と海苔佃煮の炒め和え ~うまみが凝縮された特製ソースは うずら卵と相性抜群~



材料 (4人分)

- うずら卵水煮 …… 12個
- 菜の花 …… 100g(5cm程度に切り、太い茎は半分)
- しめじ …… 100g(小房に分ける)
- 【調味料A(混ぜておく)】
- 海苔の佃煮 …… 大さじ2
- お好み焼きソース …… 大さじ3
- 赤ワイン …… 大さじ2
- わさび …… 小さじ1/2
- ごま油 …… 小さじ2
- 砂糖 …… 小さじ1
- 【その他】
- サラダ油 …… 大さじ1~2
- 塩・こしょう …… 適量

作り方

- 1 菜の花としめじを切り、調味料Aを混ぜておく。
- 2 フライパンに油を熱し、菜の花の茎を強火で炒めて柔らかくする。
- 3 白しめじ・菜の花の葉・うずら卵を加えて炒め、塩・こしょうで味を調える。

(レシピ制作 博士(食物栄養学)・料理研究家 青木敦子氏)



令和7年度 提供食品価格調整事業対象品 第三学期(1月~3月)ご使用分 お買い得商品のご案内

価格は、
税抜きの
表示額です

食料品や燃料価格の高騰が続く中、当会では、学校給食の安定的な実施を支援するため、価格調整事業を継続しております。

4月号に記載した第一学期(4月~7月)、7月号に記載した第二学期(8月~12月)に引き続き、今回は第三学期(1月

~3月)ご使用分の対象商品を新たに選定しましたのご案内いたします！

今後もよりお買い得な食品提供に努めます！

大変お得な商品となっておりますので、ぜひご活用ください！

冷蔵 県産べこの乳ヨーグルト(無糖)



会津産の良質な生乳を使用し、しぼりたての風味を損なわない低温ろ過濃縮製法により、濃厚でクリーミーに仕上げた大容量の無添加ヨーグルトです。



商品コード：213048 アレルゲン物質：乳成分
コンタミネーション：無し

1 kg

冷蔵 県産いちごソース果肉入り



500g

タルトカップ



15g × 6

タルトに乗せて絶品デザートに!!
県産いちごヨーグルトはいかがでしょう!!
セットでご使用ください

ダイスカットした県産いちごを甜菜糖と混ぜ合わせ、ソースにしました。果肉感にこだわった絶品のいちごソースです。ヨーグルトやタルト等様々なデザートのトッピングにご使用いただけます。

商品コード：307099 アレルゲン物質：無し
コンタミネーション：もも、りんご、大豆、キウイフルーツ

トレイ単位の販売です。(6個入り)ぜひご使用ください。

商品コード：115030
アレルゲン物質：小麦、卵、乳成分、大豆
コンタミネーション：アーモンド



冷蔵 7種の具材パリッとおいしい春巻



50g × 20

たけのこ、人参、キャベツ、玉ねぎ、春雨、鶏肉、きくらげを具材に使用し、オysterソースで仕上げた樹ニチレイフーズ製造の春巻です。

パリッとした皮とたっぷりの具材が食欲をそそります。

袋単位の販売です。(20本入り)ぜひご使用ください。

商品コード：318249
アレルゲン物質：小麦、大豆、鶏肉、ごま
コンタミネーション：無し



冷蔵 えびフライ 10尾入り



21/25 16/20

鮮度抜群のえびを使用していますのでえびの旨味が活かされています。えびを伸ばさず握っているので食感と旨味が損なわれていません。プリッとしたえびの食感をお楽しみいただけます。

卵と乳を使用していないアレルギー対応商品です。

トレイ単位の販売です。

商品コード：310226(21/25)、310227(16/20)
アレルゲン物質：小麦、大豆、えび
コンタミネーション：卵、乳成分、かに、いか、さけ、さば、鶏肉、豚肉、りんご、ゼラチン、ごま

冷蔵 豆乳クリーミーコロッケ Fe



50g × 8

豆乳を使用したクリーミーなコロッケに、たまねぎとコーンを加えて仕上げました。乳成分を使用していないので、乳アレルギーのお子様にもご使用いただけるクリームコロッケです。鉄分が強化しており、1個(50g)当たり1.25mg摂取することができます。袋単位の販売です。(8個入り)ぜひご使用ください。

商品コード：318837
アレルゲン物質：小麦、大豆、鶏肉、ゼラチン
コンタミネーション：卵、乳成分、えび、かに、アーモンド、いか、牛肉、くるみ、ごま、さけ、さば、バナナ、豚肉、やまいも、りんご

冷蔵 北海道の味男爵コロッケ(カレー)



55g × 8

北海道産男爵いもを使用したカレーコロッケです。コロッケの中でも人気のカレー味を期間限定の特別価格でご案内いたします。袋単位の販売です。(8個入り)ぜひご使用ください。

商品コード：318900 アレルゲン物質：小麦、大豆
コンタミネーション：えび、かに、卵、乳成分、アーモンド、いか、牛肉、くるみ、ごま、さけ、さば、鶏肉、バナナ、豚肉、やまいも、りんご、ゼラチン

冷蔵 サンプラザサクッと美味しいミンチカツ



60g × 10

鶏肉を使用したサクリ衣が特徴のメンチカツです。

牛脂とビーフエキスを配合し、旨味のあるメンチカツに仕上げております。

袋単位の販売です。(10個入り)この機会にぜひご使用ください。

商品コード：318074
アレルゲン物質：小麦、大豆、鶏肉、牛肉
コンタミネーション：卵、乳成分、いか、ごま、ゼラチン、豚肉、りんご

冷蔵 手切りヒレカツ



30g × 15個 40g × 15個

脂肪が少ない、柔らかくジューシーなヒレ肉を安心安全な国内工場で一枚一枚丁寧に手切りし、サクサク衣で包んだ不定形のヒレカツです。袋単位の販売です。

(15個入り 30g、40g)ぜひご使用ください。

商品コード：318153(30g)、318154(40g)
アレルゲン物質：小麦、大豆、豚肉
コンタミネーション：卵、乳成分、えび、かに、いか、ごま、さけ、さば、鶏肉

ベシヤメルルー CaFe



1 kg

本品は、100g当たりカルシウム2,200mg、鉄分20mgを強化しております。

本品1に対して水又はスープ6の割合で混ぜ溶かし、ひと煮立ちさせると簡単にベシヤメルソースができます。

商品コード：117356
アレルゲン物質：小麦、乳成分、鶏肉
コンタミネーション：大豆、牛肉、豚肉、りんご

Next...

冷凍 JFDAクレープ(ストロベリー) 個別包装品



30g × 10

1本あたり約14cmで30gの食べやすい大きさです。
1本ずつ個包装にしたものを10本単位で袋詰めしております。
解凍後も、中からホイップが流れ出ません。
いちごソースがたっぷり入った美味しいクレープをぜひご使用ください。袋単位の販売です。(10本入り)ぜひご使用ください。

商品コード：315147

アレルギー物質：小麦、卵、乳成分、大豆、ゼラチン

コンタミネーション：いか、牛肉、ごま、さけ、

さば、鶏肉、バナナ、豚肉、もも、りんご

冷凍 国産ロールキャベツ(トマト味)



50g × 10

国産原料(キャベツ・玉ねぎ・鶏肉・豚肉)を使用したロールキャベツです。

一つ一つ丁寧に手巻きして製造しており、かんぴょう等で巻いていませんが、煮込んでもキャベツがほどけません。トマトケチャップを使用したトマト味のタレで味付けしました。

袋単位の販売です。(10個入り)ぜひご使用ください。

商品コード：318606

アレルギー物質：小麦、大豆、鶏肉、豚肉、

りんご、ゼラチン

コンタミネーション：卵、乳成分

令和7年度

学校給食調理員衛生講習会及び栄養教諭・ 学校栄養職員衛生講習会を開催しました

総務課
食育担当

各衛生講習会については、実施してきた学校給食調理員及び栄養教諭・学校栄養職員を対象として昨年度に引き続き公益社団法人日本食品衛生協会が主催するeラーニング(動画、1科目約30分)の形式で開催しました。
調理員講習会におきましてはパソコンの手配等、市町

村担当者及び教職員の皆様には大変お世話になりました。

また、栄養教諭・学校栄養職員衛生講習会では福島県教育庁健康教育課の共催を得て、講習会資料の提供を頂きました。この場をお借りして厚く御礼申し上げます。それぞれの講習会の概要は、次のとおりです。

項 目	学校給食調理員衛生講習会	栄養教諭・学校栄養職員衛生講習会
主 催	公益財団法人福島県学校給食会	
共 催	—	福島県教育委員会
後 援	福島県教育委員会	—
開催(配信)期間	令和7年7月23日～8月21日	令和7年9月3日～10月2日
講 習 内 容 等	・eラーニングによる講習 「一般衛生管理Ⅰ」 「一般衛生管理Ⅱ」 (講 師：日本食品衛生協会 技術参与 新蔵登喜男氏)	・資料「学校給食の衛生管理について」を配布 (作成者：県教育庁健康教育課 主任栄養技師 細田 千鶴氏) ・eラーニングによる講習 「細菌の増殖について(eラーニング)」 (講 師：日本食品衛生協会 学術顧問 熊谷 進氏) 「異物などの物理的ハザード(eラーニング)」 (講 師：日本食品衛生協会 技術参与 佐藤 邦裕氏) 「アレルギー管理(eラーニング)」 (講 師：日本食品衛生協会 技術参与 新蔵登喜男氏)
受 講 人 数	49名	22名

12月の行事予定

日	行 事 名	主 催	場 所
9(水)	食育授業(講師派遣事業)	白河市学校給食センター	白河市立白河第三小学校

※当会では、12月27日(土)から1月4日(日)までの期間は、年末年始休業となります。

編集後記



秋も深まり、朝夕の寒さが身にしみる季節となりました。また、木枯らしが吹き、落ち葉が舞う様子にも寂しさを感じる季節でもあります。皆様におかれましても体調管理には十分注意してお過ごしください。

本会では、引き続き安全安心な食品の提供、お買い得な商品や季節商品等をご用意してまいりますので、お気軽にサンプルのご用命、お問合せくださいますようお願いいたします。

このたびの給食会だよりの作成に当たり、お忙しいところご寄稿いただきました皆様に厚く御礼申し上げます。

業務課専門員 柏倉 恵美

※給食会で取扱う精米は、放射性物質検査を実施しています。
※精米工場の施設見学をご希望の方は、当会業務課までご連絡ください。