

■生駒市立学校給食センター



給食センター前



玄関

施設概要

名 称 ● 生駒市立学校給食センター
 所 在 地 ● 生駒市小明町1787番地28
 規 制 ● 市街化調整区域・環境保全地区・宅地造成規制区域
 敷地面積 ● 5,793.99㎡
 建物構造 ● 鉄筋コンクリート造 一部2階建
 延床面積 ● 1,956.62㎡
 1 F 1,554.54㎡
 2 F 402.08㎡
 開設年月日 ● 昭和57年(1982年) 4月12日



食育
及び
地産地消
の取り組み

ワンポイント！

生駒市産の大根を使用しています。いろいろな材料と一緒に煮込むことで、たくさんのうまみが出ます。じゃがいもがほくほくおいしく、だいこんにも味が染みて子どもたちにも人気のメニューです。

栄養価(1人分)

エネルギー量… 156kcal
たんぱく質…………… 10.1g
脂 質…………… 5.0g
カルシウム…………… 55mg
マグネシウム……… 23mg
鉄…………… 1.6mg
亜鉛…………… 1.0mg
レチノール当量… 214μg
ビタミンB1……… 0.09mg
ビタミンB2……… 0.18mg
ビタミンC…………… 19mg
塩分…………… 1.2g
食物繊維…………… 2.2g

材料・分量(1人分)(g)

鶏肉 (もも皮なし) …	15 g
うずら卵……………	25 g
さつま揚げ…………	20 g
こんにゃく…………	25 g
じゃがいも…………	35 g
だいこん……………	60 g
にんじん……………	12 g
中ざら糖……………	2.7 g
だしの素……………	1 g
酒……………	2 g
濃口しょうゆ…………	4 g
水……………	50 g

作り方

- 1 ジャがいも・だいこんは一口大、にんじんは少し小
さめ(1.5cm角程度)に切る。
- 2 こんにゃくを色紙切りにし、下ゆでする。
- 3 鶏肉を炒め、だいこん・にんじん・じゃがいも・水
を加え、あくを取りながら煮る。
- 4 さつま揚げ・うずら卵・こんにゃくを加える。
- 5 だしの素・酒・中ざら糖・濃口しょうゆを加え、よく
煮含める。

おでん



「地産地消の取り組み」 6・11・12・1・3月に実施

生駒市役所 経済振興課と地元農家の方々と連携し、学校給食に地元野菜を使用しています。事前に使用予定日、献立、使用量等を打ち合わせ農家の方に作って納品してもらっています。6月に玉ねぎ、11月の下旬から12月に大根、1月・3月には黒豆を使用しています。献立表や掲示物、放送資料等で地元の農産物を紹介しています。地元の作物に触れ、より地域を理解し、作っている人や食べ物により感謝の気持ちを持って食べることに繋げています。



食育献立

毎月19日は「食育の日」

生駒市では、毎月19日頃の給食の献立において「食育の日」の取り組みをしています。

①地場産物（奈良県産や生駒市産）の食材を活用しています。

②星型に切った**にんじん**を、各クラスの汁物の食缶の中に3つずつ入れています。

★ラッキーに**にんじん**の呼び名で子どもたちに親しまれています。

食に関する指導

栄養教諭・学校栄養職員が市内の小学校
1年生および4年生の児童を対象に「食」に
関する指導を毎年行っています。

1年生「きゅうしょくのひみつ」

給食は何のためにあるのか、毎日の給食がどこでどんな風に作られているのか等について

4年生「じょうぶな体はじょうぶなほねから」

カルシウムの働き、食べ物に含まれるカルシウムの量などについて



給食時間のワンポイント指導

「食」に興味・関心を持ち、残さず食べようとする意欲を育てるため、栄養教諭・学校栄養職員が各学級を訪問し、児童生徒に食品や献立、食事のマナーなどについてワンポイント指導を行っています。

小学校は、一学期に2年生全クラス、二学期に3年生全クラス、三学期に6年生全クラスを対象に各学校へ出向いてます。

中学校は、一学期に1年生全クラス、二学期に2年生全クラスを対象に各学校へ出向いています。

- 献立や栄養について興味がわくよう、放送資料や教室掲示用の資料などを作成し、活用しています。
- 家庭に配布している予定献立表を活用し、食育の啓発を行っています。

