

令和5年度 第2回中野市学校給食センター運営委員会次第

日時：令和6年3月21日（木）

午後3時30分から

場所：中野市南部学校給食センター

1 開 会

2 あいさつ

3 会議事項

(1) 令和6年度事業概要について

(2) 令和6年度事業計画（案）について

4 閉 会

中野市学校給食センター運営委員会委員名簿

任期：令和5年8月1日から令和7年7月31日まで

委員	選出枠	氏名	備考	
	識見者		工藤 優子	北信保健福祉事務所 食品・生活衛生課 主任獣医師
			村島 康秋	中高薬剤師会
			神田 久仁玲	北信食品衛生協会 中野支部 支部長
			小林 みどり	中野市食生活改善推進協議会 会長
			塩川 麻央	南宮中学校 P T A
			山口 ゆかり	高社中学校 P T A
			佐藤 智恵子	中野市養護教諭部会 豊田中学校養護教諭
	教職員		徳武 真弓	日野小学校 校長
			小山 健史	高社中学校 校長
	公募		嶋田 茜	市民
			田中 五月	市民
			古田 忍	市民

事務局	職名	氏名	所属
	教育長	柴本 豊	
	教育次長	柴本 清天	
	所長	竹内 和彦	南部・北部学校給食センター
	栄養教諭	田澤 悦子	南部学校給食センター
	栄養職員	松澤 澄江	〃
	栄養士	外谷 優子	〃
	会計年度 任用職員	篠原 絵美	〃
	栄養教諭	宮澤 比呂子	北部学校給食センター
	栄養職員	平沢 由美	〃
	副主幹	田中 幸子	〃
	栄養士	望月 智	〃
	会計年度 任用職員	畠山 真美子	〃

運営委員会座席表

会長
小山委員

小林委員

佐藤委員

塩川委員

山口委員

徳武委員

嶋田委員

田中委員

古田委員

松澤
栄養職員

平沢
栄養職員

望月
栄養士

田中
副主幹

竹内所長

柴本
教育次長

田澤
栄養教諭

宮澤
栄養教諭

出入口

令和6年度学校給食センター 事業概要について

令和6年3月21日 中野市学校給食センター

1 給食提供日数

年間平均	南部学校給食センター	北部学校給食センター
小学校	202日	202日
中学校	202日	203日

2 給食費 令和6年4月からの予定額

		給食費（1食あたり）	保護者負担額（約6割軽減） （令和6年4月1日～）
小学校	低学年	310円	123円
	高学年	330円	134円
中学校		370円	154円

3 給食提供数 令和6年4月予定

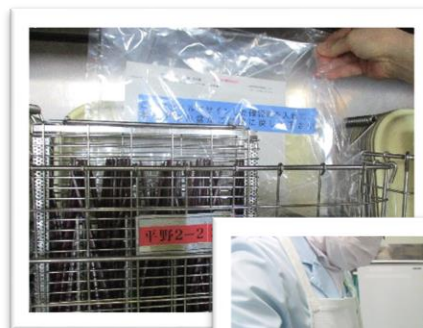
1日あたり		南部学校給食センター	北部学校給食センター
提供食数	小学校	936食	1,374食
	中学校	862食	316食
	合計	1,798食	1,690食

○ 給食提供数の推移

1日あたり	南部学校給食センター	北部学校給食センター	豊田学校給食センター (令和2年度より北部に統合)
令和5年度	1,818食	1,704食	—
令和4年度	1,817食	1,742食	—
令和3年度	1,842食	1,789食	—
令和2年度	1,854食	1,809食	—
令和元年度	1,895食	1,861食	
		1,583食	278食

4 アレルギー対応食予定提供人数

	南部学校給食センター	北部学校給食センター
令和6年度	33人	23人



○ アレルギー対応食提供人数の推移

	南部学校給食センター	北部学校給食センター	豊田学校給食センター (令和2年度より北部に統合)
令和5年度	35人	21人	—
令和4年度	35人	30人	—
令和3年度	47人	32人	—
令和2年度	46人	26人	—
令和元年度	45人	31人	2人

- 主な食物アレルギー対応食材は、卵、乳、小麦、えび、いか、ごま、果物などです。
- 学校給食では、そば、落花生、ナッツ類、キウイフルーツは使用しません。

5 食材等納入業者

品 目	納入業者	
米	中野市学校給食用米穀納入組合	
米飯加工	旭製パン合資会社、有限会社亀屋製菓	
パ ン	公益財団法人長野県学校給食会 (旭製パン合資会社、有限会社亀屋製菓)	
牛 乳	長野県農協直販株式会社 (株式会社サンフレッシュ食品)	
青 果	中野青果納入組合	綱島青果店、市村青果店、春木屋、ナラヤ商店
	JA中野市 (学校給食出荷者の会)	
精 肉	中野食肉納入組合	綿貫産業、福田屋、信濃ハム、川合屋本店、トヨツヤ分店、肉の小泉屋
魚介類	中野市 学校給食納入組合	カクアゲ本店、渡辺商店
	中野市食材合同組合	魚茂、坂本屋
その他	醤油：マルキ醤油 味噌：丸世味噌 豆腐：原豆腐店 冷凍食品他：有限会社中高冷菓、株式会社ナガキュウ、 公益財団法人長野県学校給食会、深利商店	

6 予算状況

○ 歳入

区分	R6予算額 (千円)	R5予算額 (千円)	備考
給食費収入	115,973	109,604	令和6年度給食費
その他	37	37	行政財産一時使用料、給食費収入（滞納繰越分）
計	116,010	109,641	

○ 歳出

区分	R6予算額 (千円)	R5予算額 (千円)	備考（主なもの）
職員人件費	22,008	21,693	
管理事業費	71,713	81,150	光熱水費、電話料、各種点検委託料、電気保安業務委託料、消毒業務委託料、貯水槽維持管理委託料、土地賃借料 など
運営事業費	374,204	349,681	運営委員報酬、会計年度任用職員報酬、消耗品費、修繕料、賄材料費、給食配送車関係、調理業務委託料、配送委託料、設備工事費、備品購入費 など
維持整備 事業費	18,497	8,959	急速冷却器（ブラストチラー＆フリーザー）更新工事 南部 給食用コンテナ更新 北部
計	486,422	461,483	

7 主な事業内容

- ・ 子育て家庭に対する支援策として、学校給食費を約6割軽減する。
- ・ 非常時体験給食を提供し、実際の非常時に備える。
- ・ 非常時用備蓄食品(ヒートレスシチュー)の購入を行う。



○ 主な設備工事予定

	内容
南部	急速冷却器(ブラストチラー & フリーザー)更新工事 1台



○ 備品購入

	内容
南部	AED本体更新 1台
北部	AED本体更新 1台
	配送用コンテナ更新 6台
	衣類乾燥機 1台



月	月目標	献立作成のポイント	行事食	郷土料理	旬の食材		食に関する指導の重点	教科との関連
					市内産	市外産		
4月	給食のきまりを守って楽しい食事にしよう	○給食に期待感を持たせる献立の工夫 ○春を感じられる	入学進級お祝い お花見		精白米 きのこ きゅうり アスパラガス いちご 青大豆	たけのこ キャベツ 清見オレ ンジ カラマンダリン 鱈 ニ ジマス	○学校給食の目標やきまりの確認 ・身支度、手洗い、食事中のマナー ・配膳の仕方 ・食事をする環境づくり	
5月	じょうぶな体をつくろう	○春から初夏の味をとり入れた献立	子どもの日 八十八夜		精白米 きのこ きゅうり アスパラガス ほうれんそう いちご 青大豆	たけのこ きぬさや じゃがい も たまねぎ 甘夏 鱈 ニジ マス	○食べ物の主なはたらきについて ・3つのグループ、6つの基礎食品群のは たらき	
6月	・清潔な食事をしよう ・骨や歯を丈夫にしよう	○歯や骨を丈夫にし、あごの発 達を促す食品を取り入れた献立 ○食中毒防止のための食品の 選択と調理の工夫(6~9月)	食育月間 歯と口の健康週間 中体連	たけのこ汁	精白米 きのこ たまねぎ きゅうり アスパラガス レタス ほうれんそう キャベツ さくら んぼ 青大豆	メロン きぬさや ニジマス	○衛生的な食事のとり方 ○丈夫な歯や骨をつくる食事 ○中体連に向けたスポーツ栄養	
7月	暑さに負けない食事をしよう	○食欲をそそり、涼しさを感じさ せる献立の工夫 ○夏野菜を多く取り入れた献立	七夕 土用の丑		精白米 きのこ たまねぎ キャベツ きゅうり 丸なす ズッキーニ パプリカ じゃが いも プルーン プラム	レタス ピーマン トビウオ ニ ジマス	○暑さに負けない食事 ○夏休みと夏休み後の食生活 ・生活リズム ○おやつのととり方	
8月			お盆	やたら				レタス ピーマン かぼちゃ ニジマス
9月	規則正しい食事をしよう	○運動会・文化祭準備の疲れを 癒すような、献立の工夫 ○地元野菜をたくさん使った献 立	防災の日 十五夜 お彼岸 敬老の日		精白米 きのこ きゅうり た まねぎ じゃがいも にんじん 長ねぎ プラム プルーン 巨 峰 梨	さつまいも さといも さんま さば ニジマス	○朝食の大切さ ・生活リズム	
10月	好き嫌いせず なんでも食べよう ㊤偏食をなくそう	○秋を感じるような献立の工夫 ○地元野菜をたくさん使った献 立	目の愛護デー ハロウィン お楽しみ献立①②		精白米 きのこ たまねぎ じゃがいも キャベツ にんじ ん 白菜 長ねぎ 大根 里 芋 梨 巨峰 りんご シャイ ンマスカット	さつまいも 栗 ごぼう 柿 さ んま ニジマス	○偏食の害	
11月	感謝して食べよう ㊤食事と運動について理解し よう	○秋を感じるような献立の工夫 ○地元野菜をたくさん使った献 立	いい歯の日 勤労感謝の日 和食の日 お楽しみ献立③		精白米 きのこ たまねぎ じゃがいも にんじん 白菜 長ねぎ 大根 キャベツ かぶ り芋 りんご	野沢菜 小松菜 ブロッコリー みかん 鮭 ニジマス	○食べ物の大切さ ○地域食材について、地産地消 ○世界遺産の和食	
12月	寒さに負けない食事をしよう	○体の中から温かくなるような献 立の工夫 ○冬野菜を多く取り入れた献立	冬至 クリスマス お年取り お楽しみ献立④	野沢菜漬け	精白米 きのこ たまねぎ じゃがいも にんじん 白菜 長ねぎ 大根 キャベツ かぶ りんご 青大豆	ほうれんそう みかん ブロッ コリー れんこん 鮭 鱈 わ かさぎ プリ ニジマス	○寒さに負けない食事 ○風邪の予防と食事 ・食事、運動、睡眠 ・体の調子を整える栄養素	
1月	郷土の食べものを知ろう	○体の中から温かくなるような献 立の工夫	七草 鏡開き 大寒 給食記念日 お楽しみ献立⑤		精白米 きのこ 白菜 長ね ぎ 大根	みかん ぼんかん 鱈 プリ わかさぎ ニジマス	○学校給食の歴史とねらい ○郷土食、行事食について	
2月	よくかんで食べよう ㊤食事と健康の関係を理解し よう	○よくかんで食べる献立の工夫	節分 前期選抜 お楽しみ献立⑥		精白米 きのこ 長ねぎ いち ご	いよかん でこぼん いちご ニジマス	○かむことの大切さ ○受験期の食事 ○生活習慣病を予防する食事	
3月	給食の反省をしよう ㊤食生活の反省をしよう	○楽しい思い出になるような献立 の工夫 ○迎える春を感じられるような献 立の工夫	ひなまつり 後期選抜 卒業お祝い		精白米 きのこ いちご	菜の花 かき菜 でこぼん い ちご 鱈 ニジマス	○1年間のまとめ ○望ましい食生活への関心と実践	

令和6年度 中野市学校給食センター 食に関する指導の全体計画

【学校給食法】学校給食の目的→「食育の推進」 【食育基本法】→国の食育推進基本計画

長野県県民運動 ACEプロジェクト

- ・Action (体を動かす)
- ・Check (健診を受ける)
- ・Eat (健康に食べる) 目標：1日あたり 食塩摂取量 男性7.5g 女性6.5g、

長野県食育推進計画(第4次)

- 【食育推進計画のポイント】
- ・若い世代への食育
食育に関心のある若い世代の割合の増加
 - ・世界一の健康長寿を目指す食育
成人一日一人当たりの野菜摂取量の増加
 - ・食の循環と地域の食を意識した食育
食べ物を残すことをもっていないと思う児童生徒の割合の増加
 - ・信州の食を育む環境づくり
市町村食育推進計画の策定割合の増加

中野市総合計画・なかの健康ライフプラン21より(令和5年まで)

- 健康寿命の延伸のため
- ①主要な生活習慣病の発症予防と重症化予防の徹底(がん・循環器疾患・糖尿病)
 - ②生活習慣の改善(食生活・運動・飲酒・歯口腔)
 - ③社会生活を営むために必要な機能の維持・向上(こころ・乳幼・妊娠・出産・乳幼児・児童生徒・高齢者)
 - ④健康を支え守るための地域づくり

中野市学校給食センター配送校の児童・生徒の実態

- ・毎日朝食を食べることが必要だと思う児童・生徒
小5 85.4% 中2 84.2%
- ・バランスの良い朝食を食べている児童
小5 59.7% 中2 55.9%
- ・食べものを残すことをもっていないと思う児童・生徒
小5 75.4% 中2 74.5%
- ・郷土料理を知っている児童・生徒
小5 28.2% 中2 58.4%

第3期 中野市食育推進基本計画

「みんなで食育実践の輪を広げよう」

- ① 食に関心を持ち、食を大切にしよう。
- ② 主食・主菜・副菜セットでバランスよく食べよう。
- ③ 食べ物を大切に、食品ロスを減らそう。
- ④ 伝統的な食文化を理解して、次の世代へつなげよう。

具体目標

- ① 朝食を毎日食べる児童・生徒
- ② バランスの良い朝食を食べている児童・生徒
- ③ 食べ物を残すことをもっていないと思う児童・生徒
- ④ 郷土料理を知っている児童・生徒

食育の視点

- ◇食事の重要性
- ◇心身の健康
- ◇食品を選択する能力
- ◇感謝の心
- ◇社会性
- ◇食文化

中野市学校給食センターにおける食に関する指導の目標

(知識・技能) 心身の成長や健康の保持増進には朝食を含む1日3度の栄養バランスの良い食事摂取が必要なことや、様々な食品にはそれぞれ栄養的な特徴があることを理解できるようにする。
(思考力・判断力・表現力) 栄養や食事のとり方について、正しい知識と情報に基づいて自ら判断できるようにする。
(学びに向かう力・人間性等) 自分の食生活を見つめなおして、主体的により良い食習慣を形成しようとする態度を養う。

【健康づくり課】

中野市食育推進計画(第3次) みんなで食育～食でつながる豊かなまち なかの～H27年健康長寿のまち宣言をおこない、健康寿命の延伸を目指す。

- ・市の健康課題である糖尿病対策の一環で小学校4年生と中学1年生の血液検査を実施し、HbA1cが5.6以上の児童生徒を調べ統計をとり、健康教育につなげる。
- ・がん教育・生活習慣病予防などで学校と連携して授業をする。(特活・家庭科・保健体育等)
- ・郷土料理の伝承や減塩料理などで料理クラブや家庭科の授業に参画
- ・公民館と連携し親子料理教室、母親学級など実施
- ・身近な食育推進会で親子の食育教室実施
- ・市内管理栄養士・栄養教諭・栄養士の連携を深めるために会議を持ち、情報交換や食育推進の状況について協議する。

中野市学校給食センターの食育

献立の充実

- ・和食を中心に「主食・主菜・副菜・汁もの」をバランスよく組み合わせる
- ・ひくシオたすべじ献立の実施
- ・旬、地域食材、郷土料理を取り入れた献立の実施
- ・行事食を取り入れる
- ・お楽しみ献立の実施
- ・献立表や給食センターだよりで、献立に対する思いや意味を伝える
- ・年間計画に沿った、計画的な献立の実施
- ・アレルギー対応食の提供

学校との連携

- ・給食センター版 食に関する指導の全体計画の作成配布
- ・栄養教諭による食育授業
- 小1 野菜を食べよう
- 小2 好き嫌いなくなんでも食べよう
- 小3 うんちのはなし
- 小4 朝ごはんを食べよう
- 小5 おやつについて考えよう
- 小6 栄養バランスの良い1食分の献立を考えよう(家庭科)
- 中1 1日分の献立を考えよう(技術家庭科)
- ・食育指導資料の提供
- ・給食センター見学
- ・職場体験受け入れ
- ・児童会、生徒会活動
- ・全校集会での講話
- ・センター職員の学校訪問

家庭との連携

- ・PTA見学・試食会の受け入れ
- ・献立表、食育だより、給食センターだよりの発行

地域との連携

- ・JA中野市との連携による、地域食材の活用および生産者との交流
- ・圃場見学、取材内容をおたより等にのせる

【学校】

食に関する指導の全体計画の見直しと実施する内容と意識をつなげる工夫

- ・給食指導(あいさつ・マナー・片づけ)
- ・教科、特活における食育の授業
- ・全校集会、放送
- ・給食週間
- ・親子給食
- ・給食センター見学
- ・職場体験(生徒)
- ・給食センターだよりの活用
- ・献立表・食育だよりの活用
- ・PTAとの連携(試食会・施設見学・学校保健委員会等)
- ・農業および収穫体験
- ・地域食材の生産者との交流

【家庭(PTA)】

- ・献立表、食育だよりの活用
- ・給食センターだよりの活用
- ・給食センターの見学
- ・学校保健委員会への参加
- ・食育授業参観

【地域への発信】

- ・ホームページの作成

【食育推進の評価】

活動指標：年間計画に基づいた給食の時間での食に関する指導資料の提供(月1回)
郷土料理の提供(年3品) 地場産物の活用(月2～3品)

成果指標：朝食を毎日食べることが大事だと思う児童生徒を100%に近づける
バランスの良い朝食を食べる児童生徒60%以上
食べものを残すことをもっていないと思う児童生徒を80%に近づける
郷土料理を知っている児童生徒60%以上

ようこそ 南部学校給食センターへ



◆給食センターの紹介◆

- 1 給食開始 平成19年8月20日
- 2 給食センターで作っている給食の数 (令和6年4月1日現在)

小学校	白野小、延徳小、平野小、高丘小
中学校	南宮中、中野平中

全部で 約1,800人の給食を作っています。

心をこめて一生懸命
作っています。
残さず食べてくれると
うれしいです。



3 給食センターで働いている人

所長	1名	中野市内2つの給食センターでおいしく安全な給食を学校へ届けることができるように総監督の役目をしています。
事務職員	1名	給食費の請求、給食の材料や給食センターでお店から買った品物の支払い、給食センターで働いている人のお世話をしています。
調理員	17名	おいしく安全な給食になるように、毎日作り方を相談しながら、みんなで心をこめて、協力して作っています。
栄養士	3名	献立を考え、材料をお店に注文したり、献立表や給食センターだよりを書いています。安心して食べてもらえるように食物アレルギーの対応や作り方の説明、衛生面のチェックをしています。
運転手	3名	どうしたら、おいしく喜ばれる給食になるかいつも考えています。みなさんの学校へ、コンテナ車を運転して給食を届けています。

◆給食センターで心がけていること◆

いろいろな味や食材を知ってもらえるよう、さまざまな食べ物を組み合わせています。

おいしい給食

丈夫な体を作るため、そして毎日を元気に過ごすため、栄養のバランスを考えています。

旬の食べ物や、中野市で栽培された野菜や果物を積極的に使っています。

みなさんに安心して食べてもらえるよう、衛生面に気を付けて作っています。

学校給食では、栄養素ごとに1日に摂取すべき量の33~40%を、不足しがちなカルシウムは50%を補給できるように考えられています。南部給食センターでは、毎月19日頃に中野市や長野県産の食材をたくさん取り入れた「食育の日献立」、塩を減らして野菜を増やした「ひくシオたすベジ献立」、行事食などを取り入れています。楽しく、おいしく安全な給食が食べられるように心を込めて作っています。

学校給食の7つの目標

<p>①適切な栄養の摂取による健康の保持増進を図ること。</p>	<p>②日常生活における食事について正しい理解を深め、健全な食生活を営むことができる判断力を培い、及び望ましい食習慣を養うこと。</p>	<p>③学校生活を豊かにし、明るい社交性及び協同の精神を養うこと。</p>	<p>④食生活が自然の恩恵の上になり立つものであることについての理解を深め、生命及び自然を尊重する精神並びに環境の保全に寄与する態度を養うこと。</p>
<p>⑤食生活が食にかかわる人々の様々な活動に支えられていることについての理解を深め、勤労を重んずる態度を養うこと。</p>	<p>⑥我が国や各地域の優れた伝統的な食文化についての理解を深めること。</p>	<p>⑦食料の生産、流通及び消費について、正しい理解に導くこと。</p>	<p>毎月19日は 食育の日</p>

こんにちは 給食センター です

なかのしななぶがっこうきゅうしょく
中野市南部学校給食センター

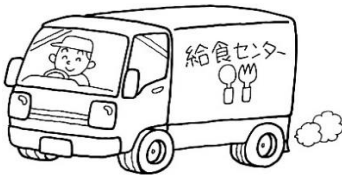


給食センターのようす

- ♥所在地 中野市大字西条138番地
- ♥作っている給食の数 約1800人分
- ♥学校数 6校 (小学校4校、中学校2校)
- ♥給食費
一食 小学校低学年 310円
小学校高学年 330円
中学校 370円
- ♥働いている人 22人 (所長、事務職員1名、栄養士3名、調理員17名)

給食センターの一日の仕事

- あさ朝 8:00~ 検収・・・今日使う材料が届きます。品物がよいか調べます。
- 8:30~ 調理・・・仕事の流れを考えて分担任しておきます。
野菜をよく洗って切ります。
材料に下味をつけて、揚げたり、焼いたりします。
数を数えて間違いがないように入れます。
10時半をすぎると、釜を使って汁物や煮物を作ります。
- 11:15~ はいそう 配送・・・コンテナにのせた給食を各学校へ運びます。ご飯やパン、牛乳、デザートはそれぞれの業者さんが学校に運んでくれます。
全部盛りつけが終わると、午前中に使った道具や機械をきれいに洗います。
- ひる昼 12:30頃~ 給食の時間・・・みんなで楽しくおいしく食べましょう。
- 13:15~ せんじょう 洗浄、消毒、保管、次の日の準備
食器や食缶などが返ってくるので、きれいに洗って消毒します。
次の日に使う材料の確認をしたり、調味料を量ったりして、次の日の朝すぐに調理ができるようにします。
ドレッシングなどがある時も分けておきます。
そのほか、センターのそうじをしたり、洗濯をしたりしています。



給食の内容

主食 ごはん・・・週4回 中野市産こしひかり使用。麦（米粒麦）が5%入っています。
パン・・・主食として食べるため、甘みや脂肪分は極力おさえて、塩分のとりすぎを防ぐため減塩パンです。県内産小麦粉を50%、北海道産小麦粉を50%使用しています。

ソフト麺・・・年3回
県内産小麦粉を使用した、給食ならではの主食です。
和風、洋風などいろいろな味の汁で食べます。

牛乳・・・毎日200ccの牛乳が付きます。体が大きくなる時期のみなさんに必要な、カルシウムやたんぱく質をとることができます。

おかず・・・栄養を満ち、数多くの食品がバランスよくとれるようにしています。
一汁二菜に代表される、日本型食生活を大切に考えています。

旬のもの、行事食、郷土料理などを取り入れ、バラエティーに富むようにしています。

安全で品質の良いものを使用します。

市内産、県内産、国産のものを選びます。

だしは煮干し、かつお、昆布など天然のものでとります。

無添加、または添加物の少ない体にやさしい食品を選びます。

できるだけ手作りを心がけます。

衛生的に作ります。



給食を通して学んでほしい事

- ①食事の大切さを知り、楽しく食べましょう。
- ②自分の体のことを知って、体調に合わせた食事がとれるようにしましょう。
- ③食べ物の正しい情報を知って、安全なものを選ぶようになりましょう。
- ④食べ物を大切に、作っていただいた人への感謝の気持ちを持ちましょう。
- ⑤食事のマナーを身に付け仲良く食べるようにしましょう。
- ⑥地元の農産物や、郷土料理を知って、大切にしましょう。

☆ 給食センターの仕事は、大勢の人たちの給食を作るので大変ですが、みなさんが楽しみに待っていてくれることを思いながら、毎日給食を作っています。
学校とは遠く離れた給食センターですが、これからも一生懸命頑張りますので
よろしくお願ひします。



食べるということは・・・
健康に生きるための基本です。
私たちは、生きていくために必要な栄養を
からだなかで作り出すことができません。
必要な栄養を食べ物から十分とるためにも好き嫌いな
残さずしっかり食べられるようにしましょう。

◆給食センターで心がけていること◆

いろいろな味や食材を知ってもらえるよう、様々な食べ物を組み合わせています。

丈夫な体を作るため、そして毎日を元気に過ごすため、栄養のバランスを考えています。



おいしい給食

旬の食べ物や、中野市で栽培された野菜や果物を積極的に使用しています。

みなさんに安心して食べてもらえるよう、衛生面に気を付けて作っています。

学校給食では、栄養素ごとに1日に摂取すべき量の33~40%を、不足しがちなカルシウムは50%を補給できるように考えられています。北部給食センターでは、毎月19日頃に中野市や長野県産の食材をたくさん取り入れた「食育の日献立」、塩を減らして野菜を増やした「ひくシオたすベジ献立」、行事食などを取り入れています。楽しく、おいしく安全な給食が食べられるように心を込めて作っています。

ようこそ 北部学校給食センターへ



◆給食センターの紹介◆



心をこめて一生懸命作っています。残さず食べてくれると嬉しいです。



学校給食の7つの目標

<p>①適切な栄養の摂取による健康の保持増進を図ること。</p> 	<p>②日常生活における食事について正しい理解を深め、健全な食生活を営むことができる判断力を培い、及び望ましい食習慣を養うこと。</p> 	<p>③学校生活を豊かにし、明るい社交性及び協同の精神を養うこと。</p> 	<p>④食生活が自然の恩恵の上になり立つものであることについての理解を深め、生命及び自然を尊重する精神並びに環境の保全に寄与する態度を養うこと。</p>
<p>⑤食生活が食にかかわる人々の様々な活動に支えられていることについての理解を深め、勤労を重んずる態度を養うこと。</p> 	<p>⑥我が国や各地域の優れた伝統的な食文化についての理解を深めること。</p> 	<p>⑦食料の生産、流通及び消費について、正しい理解に導くこと。</p> 	<p>毎月19日は 食育の日</p> 

- 1 所在地 中野市大字新井332番地1
- 2 施設 敷地面積4,000㎡ 鉄骨造、2階建て
1F 調理室、検収室、洗浄室、コンテナプール、事務室等
2F 更衣休憩室、食堂、会議室、見学用通路等
厨房機器 オール電化 方式 ドライシステム
提供可能食数 2,000食
- 3 配送校・給食人員（令和6年4月1日現在 職員数含む）
小学校：中野小学校、高社小学校、豊田小学校（1374人）
中学校：高社中学校、豊田中学校（316人）
- 4 給食センター職員
所長1人 事務職員2人 栄養士3人 調理委託17人 配送委託3人
- 5 竣工 平成18年3月

こんにちは 給食センター です

中野市北部学校給食センター



給食センターのようす

- ♥所在地 中野市新井332番地1
- ♥作っている給食の数 約1700人分
- ♥学校数 5校（小学校3校、中学校2校）

- ♥給食費 一食 小学校低学年 310円
小学校高学年 330円
中学校 370円
- ♥働いている人 25人（所長、事務職員2名、栄養士3名、調理員17名）

給食センターの一日の仕事

- ① 朝 8:00～ 検収・・・今日使う材料が届きます。品物がよいか調べます。
8:30～ 調理・・・仕事の流れを考えて分担しておきます。
野菜をよく洗って切ります。
材料に下味をつけて、揚げたり、焼いたりします。
数を数えて間違いがないように入れます。
10時半をすぎると、釜を使って汁物や煮物を作ります。
- 11:15～ 配送・・・コンテナにのせた給食を各学校へ運びます。ご飯やパン、牛乳、デザートはそれぞれの業者さんが学校に運んでくれます。
全部盛りつけが終わると、午前中に使った道具や機械をきれいに洗います。

② 昼 12:30頃～ 給食の時間・・・みんなで楽しくおいしく食べましょう。

13:15～ 洗浄、消毒、保管、次の日の準備

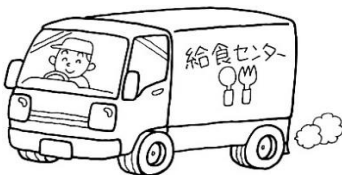
食器や食缶などが返ってくるので、きれいに洗って消毒します。

次の日に使う材料の確認をしたり、調味料を量ったりして、

次の日の朝すぐに調理ができるようにします。

ドレッシングなどがある時も分けておきます。

そのほか、センターのそうじをしたり、洗濯をしたりしています。



給食の内容

主食 ごはん・・・週4回 中野市産こしひかり使用。麦（米粒麦）が5%入っています。

パン・・・主食として食べるため、甘みや脂肪分は極力おさえて、塩分のとりすぎを防ぐため減塩パンです。県内産小麦粉を50%、北海道産小麦粉を50%使用しています。

ソフト麺・・・年3回

県内産小麦粉を使用した、給食ならではの主食です。

和風、洋風などいろいろな味の汁で食べます。

牛乳・・・毎日200ccの牛乳が付きます。体が大きくなる時期のみなさんに必要な、カルシウムやたんぱく質をとることができます。

おかず・・・栄養を満たし、数多くの食品がバランスよくとれるようにしています。

一汁二菜に代表される、日本型食生活を大切に考えています。

旬のもの、行事食、郷土料理などを取り入れ、バラエティーに富むようにしています。

安全で品質の良いものを使用します。

市内産、県内産、国産のものを選びます。

だしは煮干し、かつお、昆布など天然のものでとります。

無添加、または添加物の少ない体にやさしい食品を選びます。

できるだけ手作りを心がけます。

衛生的に作ります。



給食を通して学んでほしい事

- ①食事の大切さを知り、楽しく食べましょう。
- ②自分の体のことを知って、体調に合わせた食事がとれるようにしよう。
- ③食べ物の正しい情報を知って、安全なものを選べるようになろう。
- ④食べ物を大切に、作っていただいた人への感謝の気持ちを持とう。
- ⑤食事のマナーを身に付け仲良く食べるようにしよう。
- ⑥地元の農産物や、郷土料理を知って、大切にしよう。

☆ 給食センターの仕事は、大勢の人たちの給食を作るので大変ですが、みなさんが楽しみに待っていてくれることを思いながら、毎日給食を作っています。

学校とは遠く離れた給食センターですが、これからも一生懸命頑張りますのでよろしくをお願いします。



食べるということは・・・

健康に生きるための基本です。

私たちは、生きていくために必要な栄養を体の中で作り出すことができません。

必要な栄養を食べ物から十分とるためにも好き嫌いしないで残さずしっかり食べられるようにしましょう。