



11月 給食だより

11月23日は勤労感謝の日です。私たちが食べている食べ物は、色々な人によってつくられ、届けられています。様々な人の労力があるおかげで私たちは食事をすることができます。給食にも様々な人が関わっています。今回は、給食センターの調理員さんの仕事について紹介します。

調理員さんの一日



① 朝8時頃から身支度を整え、調理作業を始めます。髪の毛は帽子に入れ、調理着には粘着ローラーをかけます。手も念入りに洗います。



② まずは、野菜を洗ったり切ったりします。野菜は基本的には3回ずつ洗い、虫や汚れを丁寧に取り除きます。

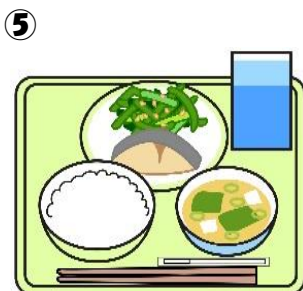
おかずは9時40分頃から作り始めます。大きな釜を混ぜるのは、力のいる作業です。できあがった料理は、温度を計り、安全に仕上げます。



③ 10時40分頃から配缶（料理を食缶につく作業）をします。秤で測りながら食缶に入れます。配缶が終わると、釜や調理に使った道具を洗って午前中の作業は終わりです。

午後からは食器や食缶を洗う洗浄作業を行います。その後、給食室の掃除や次の日の準備（食材の準備や確認）、事務作業をして1日が終わります。

④ お昼は給食を食べて、おいしくできているかを確認します。



世界に誇れる 和食文化

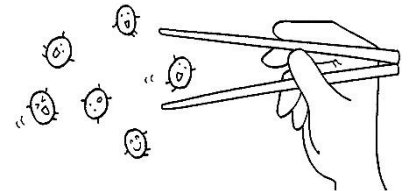
2013年に「和食；日本人の伝統的な食文化－正月を例として－」はユネスコ無形文化遺産に登録されました。その特徴を右の表で紹介します。無形文化とは、目に見える形では残らないため、わたしたちが日々の食生活を通じて未来へと伝えていくことが重要です。

和食の特徴

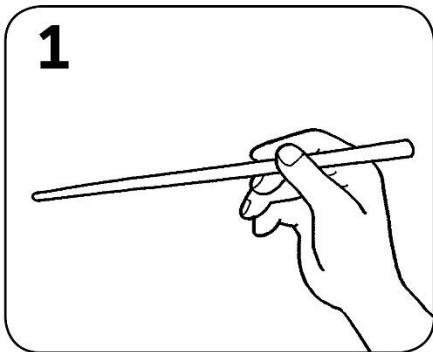
<p>①多様で新鮮な食材と素材の味わいを活用</p> 	<p>②バランスがよく、健康的な食生活</p> 
<p>③自然の美しさの表現</p> 	<p>④年中行事との関わり</p> 



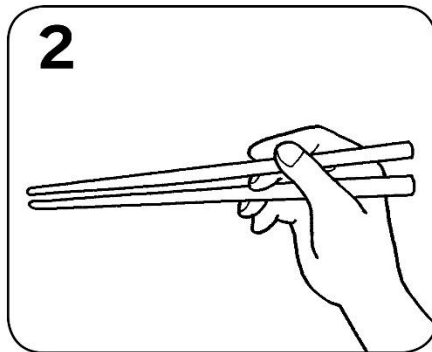
和食の食事作法は「はしに始まり、はしに終わる」といわれるほど、はしの使い方はとても重要です。はしは「切る」、「はさむ」、「混ぜる」などの多様な機能があるので正しい持ち方や使い方を身につけると、食事がスムーズにできます。



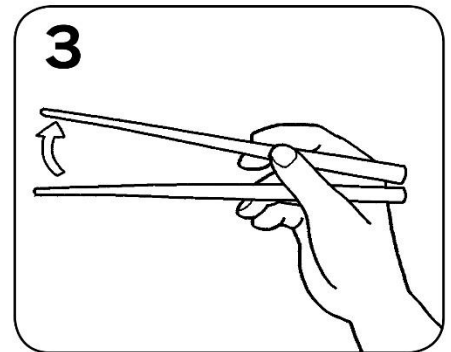
基本のはしの持ち方



1 上のはしは、正しい鉛筆の持ち方で軽く持ち、数字の1を書くように縦に動かしてみましよう。



2 下のはしは、親指のつけ根から、中指と薬指の間に通します。はし先はそろえましよう。



3 親指を支点にして、中指で上のはしを持ち上げ、上のはしだけを動かしましよう。

返信欄（学校給食全般についてのご意見等がありましたら、ご自由に記入いただき、栄養教諭・学級担任まで提出ください。）