

つくば市 「みんなで食べる学校給食の日」

【栄養管理】



「みんなで食べる学校給食の日」とは

食物アレルギーなどで普段は給食を食べられない子ども達にも、給食の楽しさを味わってもらうことや、全ての児童生徒がお互いに理解し、尊重しあう心を育てることを目的として、平成26年度から始めました。アレルゲン28品目を使用しないほか、動物性食品も使用していません。

現在は年に1回、つくば市内の給食センターで提供している全ての公立幼稚園、小中学校、義務教育学校、中等教育学校にて統一メニューとして提供しています。

令和6年度は、普段給食を食べていない人のうち、361名の申込みがありました。(幼稚園34名、小学校185名、中学校77名、義務教育学校65名)



<令和6年 10月実施メニュー>

ごはん 白ブドウジュース

つくば市なかよしカレー

(れんこん、ひよこ豆、ぶなしめじ、にんじん、たまねぎ、アレルゲンフリーカレールウ)

コールスローサラダ(キャベツ、きゅうり、とうもろこし、にんじん、コールスロートレッシング)

フライドポテト

和梨ゼリー

レシピはこちらから⇒



献立の工夫

・使用可能な食材に限られるため、炭水化物が多く、エネルギーやたんぱく質が少なくなりやすいなど、栄養価において苦慮している。お茶をジュースにする、調理法を揚げに変更するなどして毎年献立の検討を重ねている。

・揚げ物には、新油を使用し、コンタミネーションにも配慮している。

子供たちの反応



みんなで食べられるカレーをもっと出してほしい。

そこまで考えて作っているとは思わなかった。

みんなで同じものを食べられるから嬉しい。

ポテトは食べられる人が多いんだなあ。

1年ぶりに給食を食べることができて、嬉しかった。どれも美味しかった。(アレルギー生徒)

