

平成27年度  
給食料理教室



★今日のこんだて★

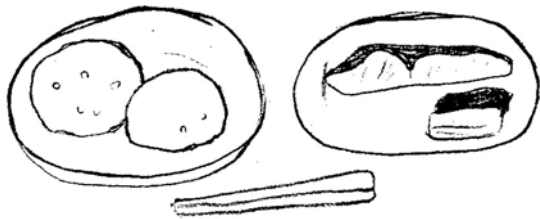
- ソフトめん
- 牛乳
- ミートソース
- コロッケ
- 寒天サラダ
- いちご大福
- ココアパウダー

平成28年1月23日(土)  
東部調理場

## 日程

- |        |             |
|--------|-------------|
| 10:00~ | あいさつ        |
| 10:05~ | 自己紹介        |
| 10:15~ | 料理の説明       |
| 10:30~ | 調理開始        |
| 12:00~ | 会食          |
| 12:50~ | 感想・質疑応答     |
| 13:00~ | 片付け・アンケート記入 |
| 13:30  | 終了          |

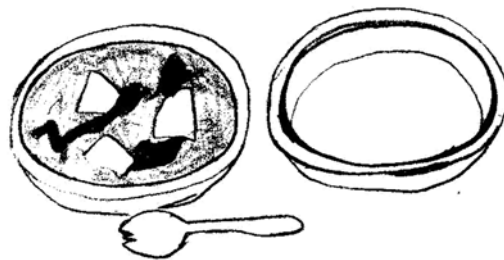
# 学校給食の歴史



## 【明治 22 年（1889 年）】

おにぎり・塩鮭・菜の漬物

山形県鶴岡町（現鶴岡市）の私立忠愛小学校で日本で最初の学校給食が始まりました。家が貧しくて、お弁当を持ってこられない子どものために、この小学校を建てたお坊さんが昼食を出していました。



## 【昭和 20 年代前半】

脱脂粉乳・トマトシチュー

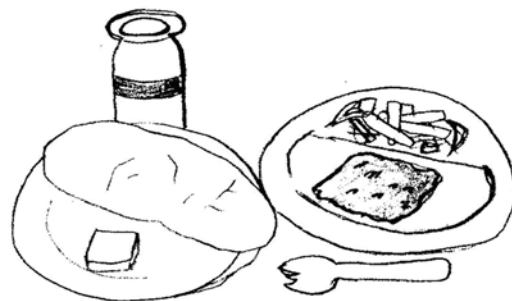
昭和 22 年、全国の都市の児童約 300 万人に対し学校給食が始まりました。アメリカから無償で与えられた脱脂粉乳が使われ始めました。春日井市も翌年に単独校方式で学校給食が始まりました。



## 【昭和 20 年代後半】

コッペパン・脱脂粉乳・鯨の竜田揚げ  
せんキャベツ・ジャム

昭和 27 年、小麦粉に対する半額国庫補助が開始され、4月から、全国すべての小学校を対象に完全給食が始まりました。



## 【昭和 30 年代】

コッペパン・脱脂混合ミルク・スティックフライ  
マカロニサラダ・マーガリン

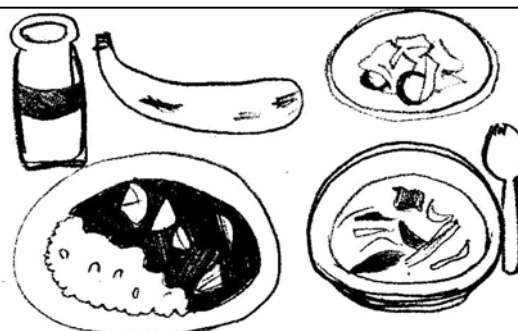
昭和 38 年、脱脂粉乳に対する国庫補助が実現し、ミルク給食（脱脂混合ミルクのみの給食）の全面実施が推し進められました。春日井市では、昭和 45 年から脱脂混合ミルクが牛乳に切り替えられました。



## 【昭和 40 年代】

ソフトめんのカレーあんかけ・牛乳・  
甘酢和え・果物・角チーズ

関東地方を中心に、ソフトめんが給食で使われ始めました。ソフトめんは、今でも人気のある給食のひとつです。昭和 43 年藤山台調理場が開設され、以降弥生（46 年）、前並（48 年）調理場が開設されました。



## 【昭和 50 年代以降】

カレーライス・牛乳・スープ・  
塩もみ・バナナ

昭和 51 年、米飯給食が開始され、春日井市では昭和 52 年に始まりました。コッペパンの時代と比べて献立の種類が増えました。調理場は 50 年に稲口、54 年に白山、平成 26 年に東部調理場が開設されました。

## ミートソース

材料	1人分	6人分
・玉ねぎ	60g	360g
・豚ひき肉	25g	150g
・牛ひき肉	25g	150g
・にんじん	20g	120g
・クラッシュ大豆	20g	120g
・マッシュルーム	20g	120g
・冷凍グリーンピース	5g	30g
・ケチャップ	25g	150g
・トマトルウ	15g	90g
・ソース	4g	24g
・ささがきチーズ	3g	18g
・脱脂粉乳	2g	12g
・砂糖	0.5g	3g
・塩	少々	少々
・こしょう	少々	少々
・水	150g	900g
・油	適宜	

## ソフトめん

材料	1人分	6人分
・ソフトめん	1袋	6袋

### 下準備

- ・玉ねぎ・・・みじん切り
- ・にんじん・・・みじん切り
- ・冷凍グリーンピース・・・茹でる
- ・脱脂粉乳・・・ぬるま湯で溶かす。溶けたらトマトルウを混ぜておく。

### 作り方

- ①鍋に油をひき、豚ひき肉、牛ひき肉を炒める。
- ②①に玉ねぎを加え、塩、こしょうしてよく炒める。
- ③玉ねぎがしんなりしてきたら、にんじんを加えよく炒める。
- ④③にマッシュルームを加え、砂糖も加えてよく炒める。
- ⑤水を加えて沸騰したらあくを取り、クラッシュ大豆、ケチャップを入れて煮る。
- ⑥火を止めて、トマトルウと脱脂粉乳を混ぜあわせたもの・ソースを加え、火をつけて焦げ付かないようにかき混ぜながら煮込み、ささがきチーズをふり入れて煮溶かす。最後にグリーンピースを加える。

### 作り方

- ①ソフトめんを蒸し器に入れ、20分蒸す。

## コロッケ

材料	1人分	6人分
・コロッケ	1個	6個

### 作り方

- ①180度の油で揚げる。

## 寒天サラダ

材料	1人分	6人分
・キャベツ	20g	120g
・きゅうり	20g	120g
・サラダチキン	10g	60g
・にんじん	5g	30g
・こんにゃく寒天	0.8g	4.8g
<ドレッシング>		
・米酢	1.5g	9g
・しょうゆ	1.5g	9g
・砂糖	1g	6g
・サラダ油	0.5g	3g
・塩	少々	少々
・こしょう	少々	少々

### 下準備

- ・キャベツ・・・薄切り
- ・きゅうり・・・薄切り
- ・にんじん・・・短冊切り

### 作り方

- ①キャベツ、きゅうり、にんじん、こんにゃく寒天を茹でる。火が通ったら、ザルにあげて、冷水で冷やしておく。
- ②冷えたら軽くしぼり、①の材料を混ぜておく。
- ③②にサラダチキンを加え、冷蔵庫で冷やしておく。
- ④ドレッシングの材料を混ぜて、冷蔵庫で冷やしておく。
- ⑤食べる直前に③、④を混ぜる。

# いちご大福

材料	1人分	6人分
・いちご	1個	6個
・こしあん	30g	180g
・白玉粉	15g	90g
・砂糖	7g	42g
・水	18g	110g
・片栗粉	適宜	適宜

## 下準備

- ・いちご・・・へたを取って洗い、水気を切る。
- ・こしあん・・・人数分に分けて、丸めておく。

## 作り方

- ①あんこにいちごをのせて、あんこで包み丸める。
- ②耐熱容器に白玉粉を入れ、水を加えて溶かす。砂糖を入れてかき混ぜる。
- ③ラップをして、レンジ（600W）で2分加熱をする。レンジから取り出し、かき混ぜる。
- ④かき混ぜて半透明になったら、片栗粉の上に取りだす。
- ⑤手で触れるくらいに冷めたら両手に片栗粉をつけ、6等分に分ける。
- ⑥生地の中を厚めにして、円形に大きく伸ばす。①にかぶせるようにして、掌で底を包み丸めるようにする。

メモ