

# 江戸川区献立案業務作業基準

献立案作成に当たっては、学校給食の意義を十分に理解し、江戸川区学校給食実施基準に則して行うこと。

## 1 献立作成のねらい

学校給食の食事内容は主食（米飯・パン・めん）＋牛乳＋主菜・副菜＋デザートを基本とし、多様な食品を適切に組み合わせることによって、江戸川区学校給食実施基準に則すよう努めること。

各地域の実情や家庭における食生活の実態を勘案した食品構成をもとに作成すること。

献立は、児童・生徒の健康管理・食に関する指導の教育の教材として、綿密な計画のもと作成すること。

## 2 献立作成の目標

- 望ましい食習慣を育成するための指標となる食事内容であること。
- おいしく魅力的な食事内容であること。
- 児童生徒の嗜好の偏りをなくすよう配慮した食事内容であること。
- 日本の伝統的な食文化を継承する食事内容であること。
- 社会情勢にあった食事内容であること。
- 安全な食品を選択した食事内容であること。
- 調理において、衛生・安全に十分配慮した食事内容であること。

## 3 献立作成の手順

### ① 年間計画

#### （ア）年間給食実施計画作成への協力

委託校の年間給食実施計画作成にあたり、専門的な立場から協力すること。

#### （イ）年間献立計画の作成

年間を通しての、主食の回数や調理形態・料理形態などの計画案を作成する。

### ② 月の予定献立案の作成

#### （ア）年間献立計画を基に、委託校の月行事等を考慮し、例月献立案を作成する。

#### （イ）献立案作成実施の流れ

献立立案

標準献立を使用し、学校行事に十分配慮し、前年度の実施献立の実績を踏まえ、和・洋・中華の料理形態を基に、ご飯・パン・麺類と揚げ物・焼物・煮物・和え物等をバランスよく組み合わせる。



献立名や使用食品名が明確な献立作成に努める。

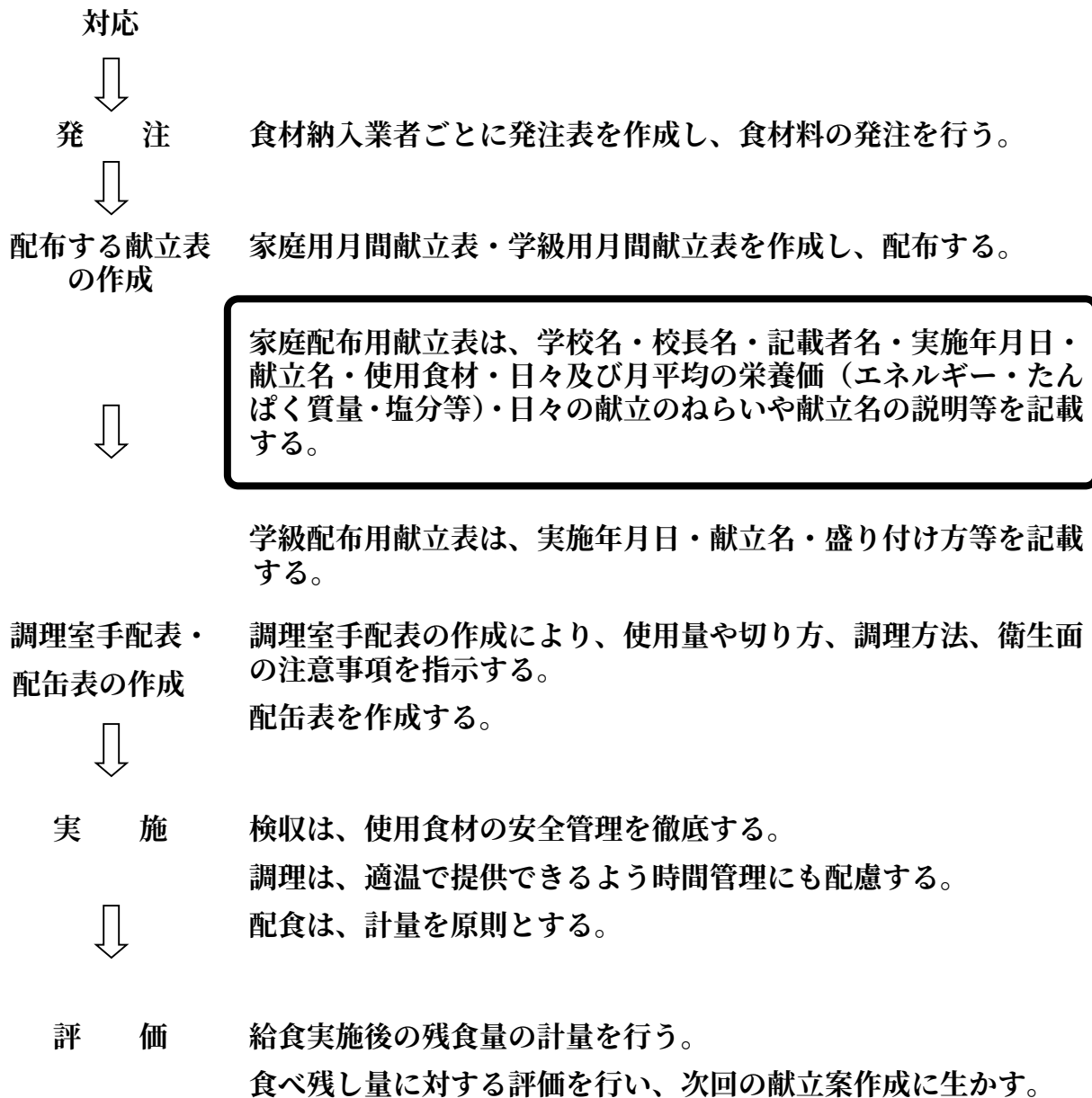
届出・確認

「月間栄養価一覧表」、「月間摂取量一覧表」を学校及び教育委員会事務局に提出する。



食物アレルギー

食物アレルギー対応がある場合、対応内容の決定を行う。



#### 4 献立作成上の留意点及びポイント

##### 【留意点】

##### ○ 栄 養 価

江戸川区学校給食実施基準を目標とし、月平均値は、基準の±10%の範囲内の充足率を目標とする。また、エネルギー供給量及び野菜の使用量については、日差のないように気を付ける。日本食品成分表第8訂への改定に伴い、エネルギー値が低く産算出される場合、たんぱく質量を確認し、適切な栄養価を確保する。

児童生徒の成長や活動量を勘案し、年間を2期に分けた栄養供給量を目安として、委託校の実情等に十分配慮した弾力的な運用とすること。

##### ○ 食 品 構 成

多様な食品を適切に組み合わせること。

米飯給食推進に努め、主食は概ね米飯は週3.6回、パンは週0.9回、めんは週0.5回を目標とする。

- 使用食材  
新鮮で安価な食品を少数なものに偏らないように広範囲に選ぶこと。  
安全・安心な食材の選定に努め、加工品の使用は控える。
- 経 費  
食品の「旬」について研究し、限られた給食費の範囲内で献立を立てること。
- 嗜 好  
児童・生徒の嗜好を考慮した、喜ばれるおいしい給食であること。  
ただし、嗜好のみに片寄らないこと。
- 衛 生 面  
衛生管理を徹底すること。  
原則として、前日調理は行わず、果実等を除き加熱調理をすること。  
学校給食施設及び設備の実状も十分考慮した作業工程および作業動線とする。
- 地 域 性  
地域の食生活の実態をつかみ、その地域に即した献立を工夫すること。

## 【ポイント】

- ・複数献立にする。(主食＋主菜＋副菜＋デザート)
- ・主食にあった「おかず」であること。
- ・料理の組合せを考慮する。  
焼き物・揚げ物・汁物・蒸し物・炒め物・煮物・和え物等の調理形態を組み合わせ、和食を中心に中華風・洋風の料理形態を和食が一番多くなるようバランスよく組み入れるように配慮する。
- ・特色ある献立を取り入れる。  
行事食、郷土食、世界の料理、かみかみメニュー、セレクト献立、バイキング給食など工夫して毎月の献立に組み入れる。
- ・日本型食生活の実践、日本の伝統的な食文化を継承できるよう配慮する。
- ・旬の食材を使用し、季節感を出すように工夫する。
- ・地場産物を積極的に取り入れる。
- ・料理の色彩や形状を考慮し、配分や盛りつけなどに配慮する。
- ・料理にあった食器具で提供できるものとする。
- ・それぞれの料理が適温で供給できるものとする。

## 5 立案した献立の見直し

- 栄養価は満たされているか。
- 供給栄養量の日差はどうか。
- 一人分量は適当か。
- 望ましい食習慣育成の献立か。
- おいしい献立にするための調理方法に配慮し工夫がされているか。
- 食文化の伝承、年中行事などが献立に配慮されているか。

- 献立は変化に富んでいるか。
- 料理の組み合わせは適切か。
- 使用食材料は適切であり、旬の食材を取り入れているか。
- 食品の特性を生かした献立か。
- 配分や盛りつけがわかりやすく適切か。
- 給食費の執行は計画的か。

## 《参 考》 学校版もったいない運動の推進に係る支援作業（残菜やゴミの減量・分別）

### ○ 残 菜

＊子ども達にとって、魅力ある献立作成をする

- ・組み合わせがよいこと
- ・バラエティに富んだもの
- ・適量であること
- ・彩の工夫がされていること

＊調理師との連携で、心をこめたおいしい給食を提供する

- ・ていねいな調理
- ・手作り給食
- ・適温への配慮
- ・十分な事前打ち合わせ
- ・日々の調理研究
- ・失敗のない調理

＊食べ残しの実態をきちんと把握し、子ども達に指導する

- ・残菜量のチェック
- ・その日の献立のねらいを伝える
- ・子ども達の生の声を聞く
- ・学級訪問や子ども達への声かけ
- ・食べ物（資源）を大事にする指導

＊保護者に食事の大切さや給食への関心を働きかける

- ・給食便りを通して
- ・試食会や親子クッキング等を通して

＊教員が給食を教育の一貫としてとらえて給食指導をする

- ・健康教育（体と食事、心と食事）
- ・個別指導（偏食、小食等）
- ・作り手への思いやりを育てる指導
- ・落ち着いて食べられる食環境の設定
- ・教科との連携

＊組織を活用する

- ・校内の給食指導部会
- ・PTA活動
- ・学校保健委員会

### ○ ゴ ミ

＊発注や調理の下処理時に

- ・業者への過剰包装はやめてもらう
- ・野菜の廃棄はできるだけ少なくする（皮は薄く、根や茎はギリギリのところで切る等）
- ・汁をよくきり、小さくまとめ、缶などはつぶして出す