

# 3月食育だより

池田市教育委員会  
池田市立学校給食センター  
令和8年3月 第127号

みなさんはおいしい給食を食べながら、栄養バランスの良い食事や食品を選択する力、食文化や食事のマナーなど、たくさんの食に関することを学んできました。一年間の給食の時間を振り返って、新しい学年での食生活がより良いものになるようにしましょう。



3年生(9年生)におこなったリクエスト給食アンケートで、「給食の思い出」について聞きました。給食時には楽しい思い出や、おもしろいエピソードがたくさんつまっていたようです。ここで一部を紹介します。

## 給食の思い出

- ・じゃんけんで熱戦をして勝った!
- ・盛大にスープをこぼした
- ・給食をモチベに午前の授業を頑張っていた
- ・笑いすぎて給食を食べる時間が減った
- ・しんどくて保健室で給食を食べた時、すごい元気が出た
- ・小5から一度も残したことがない
- ・おいしくみんなで楽しく食べた
- ・いわしの生姜煮との出会い
- ・いつも作ってくれてありがとう
- ・毎日楽しみに待ち望んでいた
- ・ごはんを食べ過ぎて午後の授業が眠かった
- ・みんなでラーメンを食べて笑顔になった
- ・友達と給食を並んで取るのが思い出
- ・冷凍みかんで手が冷える
- ・給食のおかげで喋る話題が増えた
- ・梅風味焼きを食べて「この梅うめーな」
- ・先生が欠席の人の席に座って一緒に給食を食べた
- ・食缶にサンクスキャロットが入った
- ・牛乳に書いてある番号で勝負
- ・いつも食器がきれいだった
- ・揚げパンをお箸でつかんだら丸ごと落とした
- ・残ってしまうことが多いけど、全部食べた日は結構嬉しい
- ・牛乳6本飲んだ
- ・笑い過ぎて鼻から牛乳が出た
- ・おかわりを4回した
- ・いつも温かくておいしくて栄養バランスの整った食事を一生懸命作って届けてくれていつもすごくうれしいです
- ・初めて給食を口にした時の感動はいまだに残っています
- ・間違えて3時間目の後に給食の準備をした
- ・苦手な料理も残さないように頑張ってた
- ・給食すごろくたくさんゴールできた
- ・その月特有の食材を使った料理が食べられたこと、新しい料理を知れた
- ・給食センターに行ったこと
- ・アレルギーがあって食べられるものが少なかったけど、食べられるものが増えていってうれしかった
- ・給食が楽しみで授業に集中できなかった
- ・クラスの給食を完食させて他クラスに侵襲した
- ・嫌いなものが食べられるようになった
- ・全部おいしいこと
- ・小1から池田市の給食を食べて幸せな給食時間を送れた、高校でも池田市の給食を食べたい

## 給食センター探検ツアー Vol.5

学校給食センターの内部や調理員さんを紹介していきます。

第5回目のテーマは...「ごはんが炊けるまで」です。

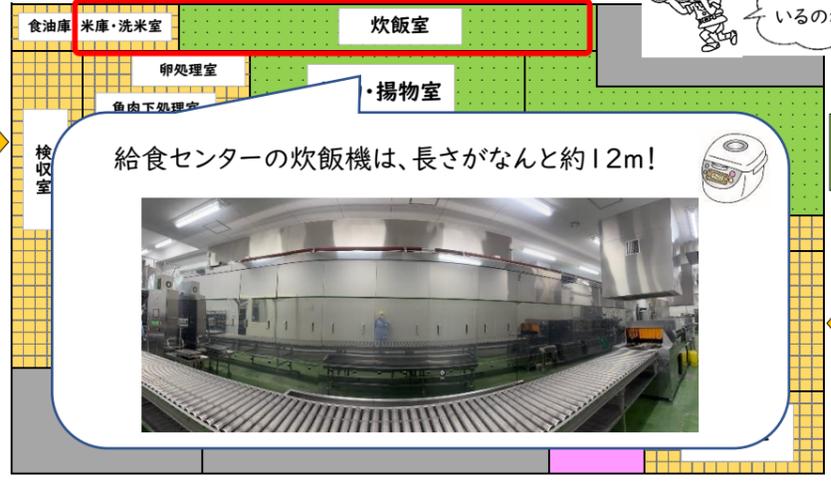
ごはんが炊けるまでに、米を保管しておく「米庫」、米を洗う「洗米室」、米を炊く「炊飯室」などたくさんの部屋があります。



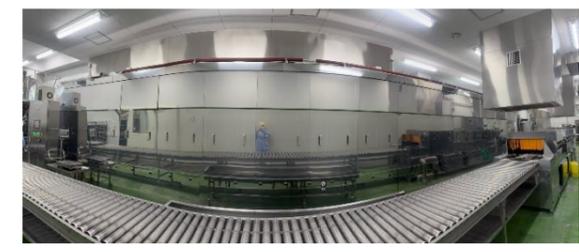
米の納品は毎週火曜日です。2700kg納品されます。



米を保管する米庫です。次の日に炊く650kgの米を米びつに入れます。



給食センターの炊飯機は、長さがなんと約12m!



汚染作業区域 (学校から返ってきた食器を) / 非汚染作業区域 (料理を仕上げるなど、衛生面に特に注意がいる場所)



6:20 洗米室で米を洗います。洗った米は炊飯室に送られます。



8:20 洗った米と水を計量し、釜に入れます。



炊飯機の中へ約80釜入ります。炊き上がるまでに約1時間かかります。



9:10 炊き上がったごはんは、攪拌機で混ぜてほぐします。バーコードを読み取って、クラスごとに量ります。

<炊飯担当の調理員さんにインタビュー>

**木本さん** 好きな給食 みなさんに一言

趣味

使っている米は大阪府豊能町産キヌヒカリです。



動画でもみんなに見て欲しい! 「ごはんが炊けるまで」を30秒にまとめました。みてねー!

