

守口市中学校コラボ給食開発プロジェクト



大阪国際大学短期大学部栄養学科2年次生が、守口市教育委員会や給食会社（株式会社万福）とコラボレーションして中学校給食のレシピ開発に挑戦し、同教育委員会に4食のオリジナルレシピが採用されました。レシピ4食は2月の4日間で約2,000食が守口市内の全中学校（7校）へ提供されました。

本プロジェクトは守口市教育委員会と包括連携協定を結ぶ大阪国際学園との連携活動で、2024年度で8年目になります。

2024年度 取り組みスケジュール

<給食提供日>

2025年2月5日（水）・6日（木）
2025年2月12日（水）・13日（木）

夏休み

各自で献立案を作成



9月

献立案の検討・試作
班で話し合い



献立案の再検討・試作
班で話し合い



11月

教育委員会・給食業者との調整



献立決定・献立だより作成



2月

給食提供



2月 守口市立中学校給食 献立表

大豆のよさを発見そう！

2月の代表的な行事、節分。節分の豆まきに使われる大豆は、日本で古くから利用されてきた食材のひとつです。体をつくる「たんぱく質」を豊富に含むため「畑の肉」とも呼ばれ、肉に代わる代替肉の原料としても注目されています。いろいろな食品や調味料の原料として、私たちの食卓を豊かにするだけでなく、健康な食生活を支えてくれる大切な食べ物です。

第一・庭窪・八雲・梶・大久保・錦・樟風中学校

大豆に含まれる主な栄養成分・機能性成分と期待される効果

鉄・・・貧血予防
カルシウム・マグネシウム
・・・丈夫な骨をつくる
ビタミンB1・・・疲労回復効果
食物繊維・・・便秘予防



大豆イソフラボン
・・・骨粗しょう症予防
オリゴ糖・・・便秘予防
サポニン・・・抗酸化作用
レシチン・・・動脈硬化予防

栄養豊富な大豆を食べて、体の中から鬼(病気)を追い出そう！

令和6年1月発行 守口市教育委員会・守口市学校給食協会

今月は、守口市教育委員会が、魅力ある中学校給食の提供を目指し、学校法人大阪国際学園とコラボレーションして作った給食が登場します。
コラボ給食のマークが目印です！

1
木

・ごはん ・牛乳
・鶏肉のゆずダレかけ
・野菜炒め
・ブロッコリーのごま和え
・みそ汁

801kcal

2
金

・ごはん ・牛乳
・いわしのかば焼き風
・五目煮
・切干大根のサラダ
・かきたま汁

875kcal

5
月

コラボ給食

・ロールパン ・牛乳
・ビーフシチュー
・鮭のムニエル
・豆腐とツナのサラダ
・オレンジゼリー

740kcal

6
火

コラボ給食

・ごはん ・牛乳
・甘ささき揚げ
・根菜サラダ
・ほうれん草のゆずポン酢和え
・ポトフ風カレースープ

949kcal

7
水

・ごはん ・牛乳
・ビビンバ風炒め
・きゅうりのサラダ
・ふかしさつま芋
・わかめスープ

798kcal

8
木

・ごはん ・牛乳
・肉じゃが
・ちくわの天ぷら
・ほうれん草の煮びたし
・みそ汁

878kcal

9
金

・しらす入りのひきごはん ・牛乳
・とりすき
・かきあげ
・チンゲン菜のおか和え
・すまし汁

754kcal

12
月

振替休日

13
火

・ごはん ・牛乳
・タッカルビ風
・しゅうまい
・きゅうりとわかめの酢の物
・中華スープ

759kcal

14
水

・コーンピラフ ・牛乳
・ポトフ
・いかリングフライ
・大根のモヨサラダ
・ミネストローネ

908kcal

15
木

コラボ給食

・ごはん ・牛乳
・天津飯
・海鮮炒め
・中華サラダ
・きなこもち

875kcal

16
金

コラボ給食

・ごはん ・牛乳
・鮭のクリームソースかけ
・あまからカボチャ
・レンコンのベベロンソテー
・大根の煮みスープ

906kcal

19
月

・ごはん ・牛乳
・ポークチャップ
・きのこ入りスパゲティ
・いか入りドレッシング和え
・かぶのスープ

915kcal

20
火

・ごはん ・牛乳
・ユーリンチー
・春雨チャップチェ
・もやしのごま和え
・中華スープ

894kcal

21
水

・ごはん ・牛乳
・関東煮
・しいたけの天ぷら
・ほうれん草のおひたし
・みそ汁

801kcal

22
木

・ごはん ・牛乳
・あじのカレー風味揚げ
・鶏肉と野菜の生炒め
・白菜のおひたし
・みそ汁

835kcal

23
金

天皇誕生日

26
月

・ごはん ・牛乳
・ハヤシライス
・エビカツ
・フレンチサラダ
・パイン缶

912kcal

27
火

・ごはん ・牛乳
・すき焼き風煮
・きびなごの天ぷら
・キャベツの甘酢和え
・すまし汁

804kcal

28
水

・ごはん ・牛乳
・マーボー豆腐丼
・春巻
・白菜とひじきのサラダ
・マンゴー缶

1052kcal

29
木

・ごはん ・牛乳
・ハンバーグ
・ポイルブロッコリー
・白菜のクリーム煮
・いかとキャベツの和え物
・コンソメスープ

754kcal

2月





献立だより

令和6年度

守口市 中学校給食の魅力づくり“コラボ給食レシピ”開発プロジェクト

2月の給食では、魅力ある中学校給食の提供を目指し、学校法人大阪国際学園とコラボレーションして作った給食が登場します。今回で8回目を迎えるこの“コラボ給食”を、今年は下記4日間の日程で実施します。大阪国際大学短期大学部栄養学科の学生さんたちが、自由な発想で提案したレシピを、ぜひ食べてみてくださいね！

2月5日（水）～野菜がとれる中華料理～

中華料理で人気のある油淋鶏（ユーリンチー）をメインにした献立です！中華料理は脂質が高くなりがちなので、油淋鶏（ユーリンチー）は揚げずに焼きました。さつまいもは甘く仕上げ、いろいろな味を楽しめるようにしました。見た目、味、食感を楽しみながら食べてください。



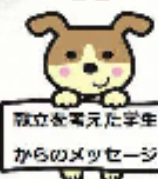
2月12日（水）～魚料理～

今日の献立のメインは、たら香草焼きです。チーズやじゃがいもにも、いろいろな栄養が含まれています。香草を使い、香りや彩りも工夫しました。見た目、味、食感を楽しみながら食べてください。



2月6日（木）～スタミナがつく肉料理～

スタミナをつけて冬を乗り越えられるよう、メイン料理ににんにくを加えました！香りだけでも食欲をそそり、たくさん食べたいような味付けに仕上げています。様々な野菜を使用しているため彩りも良く、見た目でも楽しみながら食べられる献立になっています。



2月13日（木）～肉料理～

今回の献立はちょっと変わった肉じゃがです。和食の味付けが一般的な肉じゃがを、今流行りの「韓国料理」をモチーフにしてアレンジした味付けにしました。皆さんの食欲をそそる献立になっています。



中学生との懇談

中学生と一緒に給食を食べながら懇談をしました。



校長先生との懇談

光宮校長先生と学生の取り組みについて懇談をしました。



守口市教育委員会の方からもコメントをいただきました。

中学校給食の取り組み全体を通しての学生の感想

・自分で考えた献立を美味しいと言って食べてもらえてとても嬉しかったです。とくに油淋鶏の評判が良かったです。運動してる生徒はおかずの量が少ないことや、野菜が苦手と言っていた生徒がいたので、栄養士として現場に出た際に食べる人に寄り添った献立を立てれるようになりたいと改めて思いました。

・献立は、栄養価、おいしさ、見た目、作りやすさ、ボリュームなどを考え、セミナー生のいろいろな案を取り入れて作成しました。自分達で考えた献立を中学校に提供するとなった時、様々なコメントをいただき、自分達が作成した献立の課題点が知れたので良かったです。

献立作成は難しかったです、生徒が「美味しい」と言ってくれたので達成感がありました。

・自分が考えた献立を、直接中学生から感想を聞けるととても良い機会でした。好き嫌いなく完食してくれていたのを見て良かったなと思いました。今回参加して分かったことは、中学生が食べたいものがだいたいは予算オーバーになりそうなものや栄養が明らかに偏るものなど難しいリクエストが多かったです。

野菜が苦手な子にどんなレシピだと食べてもらえるのかなど、改めて「献立作成は難しいな」と思いました。

【教員のコメント】

中学校とのコラボ給食開発プロジェクトは、セミナー活動の一環として実施されています。学生にとって、実践的なスキルを身につける貴重な機会となっています。参加した学生は、話し合いや試作、献立の改善などに多くの時間をかけ、熱心に取り組んでいました。献立が完成した際には、大きな達成感を得られたようです。この経験は、今後の学校生活や、栄養士として現場に出た際の大きな糧になると感じました。時間と労力を要するプロジェクトではありますが、本学・学科における良き学びの伝統として受け継がれていくことを願っています。

