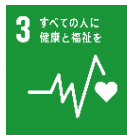


みんな大好き！

学校給食人気レシピ

教育部 学務課/指導課 保健給食グループ TEL 03-3981-1176

SDGs未来都市としま



豊島区は持続可能な開発目標（SDGs）を支援しています。

豊島区立の小学校・中学校は、全校で学校の中で給食調理を行う「自校式給食」を実施しています。学校にはそれぞれ栄養士が1名以上おり、学校ごとに献立作成や、給食が安全に作られているか確認をしています。

今回は、実際の給食室でどのように給食が作られているかご紹介します。



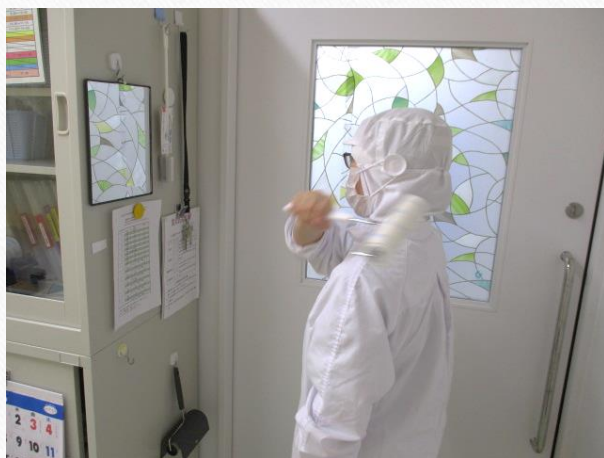
各学校で人気の給食レシピもあわせてご紹介します！



豊島区食育推進キャラクター
ぱくぱく

🕒 6 : 4 5 「仕事が始まります！」

白衣・帽子・マスク着用、手を2回洗い、調理の準備をします。



白衣着用後、
コロコロを用いて、
ほこりや髪の毛の
付着をとる。



爪ブラシを用いて、
すみずみまで、手を洗う。
同じ作業を2回繰り返す。



使用する機器や
台を消毒する。

🕒 7:15 「野菜を切り始めます」

機械で切るもの、手で切るもの、使い分けて切り上げます。

・ピーラーで芋の皮むき



じゃが芋の皮を
むく機械。

・裁断機で野菜を切る



千切りやいちよう
切りなど、様々な
形に切ることがで
きる機械。

・手で野菜を切る



機械で切ることが
できないものは、
手で切ります。

🕒 7:45 「だしをとり始めます」

和風の際は「かつおぶし」「昆布」、
洋食や中華の際は「鶏ガラ」でじっくりおいしいだしをとります

【かつおだし】



約1時間くらい
煮出します。

【鶏ガラスープ】



2～3時間くらい
煮出します。

【混合だし】



2～3時間くらい
煮出した後に、
かつお節を入れてさらに
煮出します。

🕒 10:30 「焼き物や揚げ物の調理を始めます」

食中毒がおこらないように、給食時間に間に合うギリギリの時間から開始します。



チーズケーキの生地を、1人分ずつカップに入れて、焼き上げます。



1切ずつ、衣をつけて揚げます。



🕒 11:30 「料理の味見・配缶・アレルギー食確認」

- 栄養士・チーフ・調理担当者にて、味見をし、配缶します。
- アレルギー食は、盛り付け等、複数で確認します。



指さし確認！



11:40 「検食を校長室に運びます」

校長先生・副校長先生による、盛り付け・量・味付けのチェックを受けます。その後、各教室に給食を届けます。

校長室に給食を運び、料理の説明とアレルギー対応の報告をします。



校長先生と副校長先生が、料理の最終チェックをします。



検食簿に、味や量、感想などを記入します。

日	時間	献立	盛り付け	量	味	感想	その他
令和7年 6月 1日	11:40	カレーライス	○	○	○	美味しかったです。	
令和7年 6月 2日	11:40	カレーライス	○	○	○	美味しかったです。	
令和7年 6月 3日	11:40	カレーライス	○	○	○	美味しかったです。	
令和7年 6月 4日	11:40	カレーライス	○	○	○	美味しかったです。	
令和7年 6月 5日	11:40	カレーライス	○	○	○	美味しかったです。	
令和7年 6月 6日	11:40	カレーライス	○	○	○	美味しかったです。	
令和7年 6月 7日	11:40	カレーライス	○	○	○	美味しかったです。	
令和7年 6月 8日	11:40	カレーライス	○	○	○	美味しかったです。	
令和7年 6月 9日	11:40	カレーライス	○	○	○	美味しかったです。	
令和7年 6月 10日	11:40	カレーライス	○	○	○	美味しかったです。	
令和7年 6月 11日	11:40	カレーライス	○	○	○	美味しかったです。	
令和7年 6月 12日	11:40	カレーライス	○	○	○	美味しかったです。	
令和7年 6月 13日	11:40	カレーライス	○	○	○	美味しかったです。	
令和7年 6月 14日	11:40	カレーライス	○	○	○	美味しかったです。	
令和7年 6月 15日	11:40	カレーライス	○	○	○	美味しかったです。	
令和7年 6月 16日	11:40	カレーライス	○	○	○	美味しかったです。	
令和7年 6月 17日	11:40	カレーライス	○	○	○	美味しかったです。	
令和7年 6月 18日	11:40	カレーライス	○	○	○	美味しかったです。	
令和7年 6月 19日	11:40	カレーライス	○	○	○	美味しかったです。	
令和7年 6月 20日	11:40	カレーライス	○	○	○	美味しかったです。	
令和7年 6月 21日	11:40	カレーライス	○	○	○	美味しかったです。	
令和7年 6月 22日	11:40	カレーライス	○	○	○	美味しかったです。	
令和7年 6月 23日	11:40	カレーライス	○	○	○	美味しかったです。	
令和7年 6月 24日	11:40	カレーライス	○	○	○	美味しかったです。	
令和7年 6月 25日	11:40	カレーライス	○	○	○	美味しかったです。	
令和7年 6月 26日	11:40	カレーライス	○	○	○	美味しかったです。	
令和7年 6月 27日	11:40	カレーライス	○	○	○	美味しかったです。	
令和7年 6月 28日	11:40	カレーライス	○	○	○	美味しかったです。	
令和7年 6月 29日	11:40	カレーライス	○	○	○	美味しかったです。	
令和7年 6月 30日	11:40	カレーライス	○	○	○	美味しかったです。	

検食は、給食開始時間の30分前に行います

給食の完成



学務課・指導課コーナー

問) 調理員さんはどんな服装で調理をしているでしょうか。

- ① マスク
- ② エプロンと三角巾
- ③ 白衣・帽子・マスク