



# 給食会だより

第177号

〔公財〕川崎市学校給食会



〒210-0004 川崎区宮本町6番地 (明治安田生命ビル4F)

TEL 200-3298,3300 FAX 222-1442

## 令和2年度 食育推進コンテスト表彰式 (主催 川崎市PTA連絡協議会)

令和3年1月9日(土)午後、川崎市高津市民館大会議室において、令和2年度食育推進コンテスト表彰式が開催されました。主催者の川崎市PTA連絡協議会会長館勇紀氏のあいさつの後、川崎市教育委員会賞(4名)、川崎市スポーツ協会会長賞(4名)、川崎市学校給食会理事長賞(4名)、JAセレサ川崎賞(4名)、味の素賞(3名)、川崎市PTA連絡協議会会長賞(6名)の児童生徒、保護者のみなさんが表彰を受けました。都合により欠席された受賞者も見受けられましたが、25名の所属、氏名と「お弁当テーマ」が発表されました。会長からは、「コロナ禍の中、友達との交流が制限され普段の学校生活が出来ない状態が続いていますが、本日の表彰式を楽しんでいただき、ご家族の団欒の話題にしてください。」とのお話がありました。また、来賓の前田明信氏(川崎市教育委員会事務局生涯学習部長)のごあいさつでは、「どのお弁当も、彩りが豊富であるばかりでなく、栄養バランスにも心配りがあり、作った人の気持ちが伝わってくる作品でした。」との言葉がありました。



今年度は、出展数が261点と、昨年度に比べて520点少なくなりました。出展数が大きく下回ったのは、コロナ禍の中、中学校での取組が出来なかったことが要因かと思われます。このような状況が1日も早く改善され、安心して学習に向かえる平常に戻ることを願う毎日です。

川崎市学校給食会理事長賞は小学生1名、中学生1名、高校生1名、一般1名の4名でした。受賞者には本間理事長より賞状と副賞が渡されました。川崎市学校給食会理事長賞受賞のお弁当テーマはそれぞれ

- 「まごわやさしいバランス弁当」(小5)
- 「あつまれ やさいのモリモリ弁当」(中1)
- 「夏野菜を使ったカラフル弁当」(高1)
- 「野菜嫌いでも完食! 色彩り弁当」(小PTA)

でした。主食と副菜との量的なバランスや栄養のバランスに十分配慮された作品でした。

表彰式終了後に行われていた講演会は、感染拡大防止の意味もあり、今年度は中止となりました。



### 副賞内訳

さば削りぶし 野菜生活100パイ  
野菜生活100シークワサー おでん缶  
ポップコーン フルフルパウダー

# 豆腐の話

## 豆腐の原料

豆腐の原料は大豆。大豆は一年一作。秋期に収穫したものを一年中使用する。豆腐に用いる原料大豆は年間約50万トン、そのうち米国産大豆は約66%、カナダ産が約14%、国産が約18%。現在は豆腐用大豆の全てが非遺伝子組換え大豆。非遺伝子組換え大豆が、分別生産流通管理を施した豆腐メーカーに搬入されている。



## もめん豆腐

大豆を水に浸漬し、加水しながら磨砕し、磨砕した大豆汁を加熱し、豆乳とおからとに分離する。このように大豆からタンパク質その他の可溶成分を抽出し、ろ過したものを豆乳という。豆乳に凝固剤を添加し凝固させたものを崩し、布を敷いた型箱に盛り込み、圧搾、成型したものを所定の大きさにカットし、水さらしし包装したもの。もめん豆腐はキメがやや粗く、布目や型のあとが残る場合がある。圧搾、水切りをするので豆腐の水分は低くなる。



## きぬごし豆腐

豆乳と凝固剤を型箱の中で混合し、全体を均一に凝固させ、所定の大きさにカットし、水さらしし、包装したもの。きぬごし豆腐は、キメが細かく、ソフト感がある。豆乳の濃度と豆腐の固形分が一緒になるので、濃い豆乳を採取する必要がある。

## 豆乳や豆腐から作られるもの

名前	画像	説明	献立 (2019.20年)
厚揚げ (生揚げ)		豆腐を厚めに切り油で揚げた食品であり、揚げ豆腐の一種。油揚げとは違い、内部が豆腐の状態を保つように十分には揚げないので、生揚げとも呼ばれる。  右写真：生揚げのキムチ炒め	
油揚げ		薄切りにした豆腐を油で揚げた食品。厚揚げとは異なり、薄切りをした豆腐を使用するので内部まで揚がっている。  右写真：なめこととうふのみそ汁	
がんもどき (一口がんも)		豆腐をつぶして、ニンジンやレンコン、ゴボウなどと混ぜて、油で揚げた料理。古くは麩を揚げたものであった。がんもや飛竜頭(ヒュウズ)ともよばれる。  右写真：おでん	
ゆば (湯葉、湯波)		大豆の加工食品の一つ。豆乳を加熱した時の表面にできる薄皮で、吸い物の具として使われたり、刺身同様にそのまま醤油などをつけて食される。精進料理にも欠かせない伝統食材である。	日光は京都・奈良と並ぶ湯波の名所。以前は修学旅行の夕食献立になったこともあった。
凍り豆腐 (高野豆腐)		豆腐を凍結、低温熟成させた後に乾燥させた保存食品。乾燥状態では軽く縮まったスポンジ状で、これを水で戻し、だし汁で煮込むなどして味を付ける。  右写真：高野豆腐のそばろごはん	

※食材写真は給食物資とは関係ありません。また、献立写真は中部学校給食センター「給食献立」より。

説明は日本豆腐協会等のホームページ、Wikipedia等より