

## 献立作成時のポイント

### ●大量調理に適した献立とは？

次のような調理は適しません。

(例)

- ・食中毒などを防止するため、十分な加熱がされていないさしみやローストビーフ、生の野菜サラダなど
- ・グラタンやドリアなど、器ごと焼く料理
- ・おにぎり、肉まん、ロールキャベツ、肉巻き、ハンバーグ、コロッケなど、手でにぎったり包んだりするもの
- ・トッピングなどのかざりつけるもの

### ●栄養バランスがとれている献立とは、どんな献立？

ごはんを中心に、主菜、副菜、汁物をそろえると、自然と栄養バランスのよい食事になります。

### ●コンセプトが明確であることとは？

- ・おすすめポイントや工夫したポイントがあること
- ・和食、洋食、中華が混在していないこと
- ・秋冬の「旬」を考えた献立（3学期に登場します！）

毎日の給食の献立をよく見てみましょう！

※ わからないことは、下記の学校給食センターまで電話してください。



令和6年度の受賞作品です。

#### ★肖像権・個人情報・応募作品の取り扱いについて

- ◆応募作品の著作権・著作権は、尼崎市教育委員会事務局に帰属するものとします。
- ◆応募作品は、返却しません。
- ◆給食の献立に採用する際は、学校給食センターで調理可能となるよう、食材や分量、調理方法等を変更する場合があります。
- ◆入賞者の肖像（授賞式等の写真・動画）・個人情報（中学校名・学年・名前）・入賞作品及び写真は、尼崎市教育委員会事務局及び食育関係者で共同利用するとともに、市ホームページ・食育だより・学校給食展での展示・市広報紙等で利用させていただきます。

《問い合わせ先（平日8：15～17：00）》  
尼崎市立学校給食センター  
電話：06（6491）8390