



# 中学校給食センターに潜入!

郡山市の中学校給食センター、第二給食センターを不定期で紹介していきます。

郡山市立中学校給食センター  
郡山市立中学校第二給食センター

## R7 VERSION9

## 給食センター野菜おかずの「こだわり」をご紹介します



郡山市内中学校での**あえもの・野菜料理** 残食平均は約20%~30%です。

野菜のおかずはビタミンや無機質、食物繊維をとるために必要な食べ物です。野菜に含まれる栄養素はおなかの調子を整えることや病気の予防、集中力を高める作用などにも深く関わっています。

今回は給食センターの**野菜料理**にスポットライトを当て、みなさんに食べてもらうための**こだわり**を見ていただきます。



白菜  
短冊切り  
10mm



### <こだわり① 新鮮な野菜を! 検収・下処理>

おいしい野菜のおかずは、新鮮な材料から! 鮮度や品質を確認して納入された野菜は、手作業でいねいに下処理され、流水で3回洗われます。

### <こだわり② 切り方に1mmの違いあり>

野菜は下処理の後、主に機械でカットされます。大きさや形は料理に合わせ、1mm単位で厚さや細さを設定しています。



### <こだわり③ かごいっぱい野菜を目と手でチェック!>

材料は異物や異常品がないか、人の目と手でチェックします。なんと、一日に確認する総量が100kgを超えることも! きびしい選別が、安全でおいしい給食につながっています。



### <こだわり④ 歯ごたえと色を残してゆで・冷やせ!>

カットした野菜は釜でゆで、真空冷却機で10℃以下に冷やされます。ちなみに、真空冷却機は人が入れるくらい大きさです。大量の野菜をむらなく、色美しく、甘みを残し、みずみずしくゆでるところには、調理員さんたちの技が現れています。

### <こだわり⑤ 混ぜ方はしっかり! 味にムラなく!>

野菜の和え物は主に機械で混ぜます。味にムラが出ないように、材料を入れるタイミングや入れる位置にも気を配っています。炒め物では50kg以上ある具を、2人でタイミングよく混ぜる妙技が発揮されています。

マヨネーズ+調味料: 約20kg



せーの!はいっ!はいっ!

### <こだわり⑥ 配送直前まで 温度を保ちます>

野菜の和え物は混ぜて計量したのち、配食時間まで冷蔵庫でしっかり冷やしています。配食もごく短時間で終わるように、チームワークで取り組んでいます。

