

## 食事について

やませみでは「自分たちのやませみをつくる」をコンセプトに、子どもたちが自ら生活をつくっていきます。「食事」はその大切な場面の一つです。生活づくりをねらいの柱とする場合は、食事の準備や片づけ、館内の清掃等を仲間と分担して行うことができます。

### 1 食事方法

ねらいに応じて、様々なパターンから食事の方法を選ぶことができます。

食事を <b>つくる</b> 場合	食事を <b>つくらない</b> 場合
<p><b>自分たちで食事をつくることができます！</b> 郷土食の活動で食事をつくることもできます！</p> <p><b>食材を「業者に注文する」ことができます。</b></p> <p>○野外炊事を行う場合（昼食・夕食）</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・野外炊事用セットメニューを注文する。 （様式5にて注文）</li> </ul> <p>○自炊を行う場合（朝食・昼食・夕食）</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・必ず担当指導主事に相談してください</li> </ul>	<p><b>弁当を持参する（1日目昼食）</b> ※1 弁当箱について</p> <p><b>食事を「業者に注文する」ことができます。</b></p> <p>○朝食</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>ア 給食を注文する</li> <li>イ 朝食用軽食を注文する</li> <li>ウ 携帯用弁当を注文する</li> </ul> <p>○昼食</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>ア 弁当を注文する</li> <li>イ 携帯用弁当を注文する</li> </ul> <p>○夕食</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>ア 給食を注文する</li> <li>イ 弁当を注文する</li> </ul>

※1 持参した弁当箱について・・・時間を設定し野外炊事場、調理室で洗うことができます。

### 2 「食事をつくる場合」について

食事をつくる場合、自分たちで自由にメニューを考えることができます（要相談）。

- ・食器および調理に必要な道具は、ある程度そろっています。やませみにない調理器具等は、自分たちで持ち込むこともできます（要相談）。
- ・調理室（調理台は4台）、野外炊事場（かまどはご飯用を含めて28カ所）を選べます。
- ・当番制、全員で食事づくりなど、ねらいや生活の流れにそって方法を選択できます。
- ・検食として、鍋毎に少量ずつサンプルをとらせていただきます。
- ・自炊の場合は、「調理器具等貸し出しリスト」を1週間前までにご提出ください。

※リストはe-ネット SAGAMI の共有キャビネット内、ふるさと自然体教室の中の「05 食事に関するもの」に格納しています。

#### ● **要確認** 調理等についての留意点

食中毒等の事故防止のため、次の各点を守ってください。

- (1) 食材は冷蔵庫または冷凍庫（調理室に設置）で保管してください。
- (2) 調味料で、残ったものは持ち帰ってください。
- (3) 収穫した野菜等は、24時間以内に使用してください。
- (4) 生食は避け、十分に加熱調理（85度以上で90秒以上、食材の中心までよく熱を通す）を行ってください。
- (5) 持ち込んだ調理器具（鍋等）は、十分に煮沸してから使用してください。

### 3 「業者に注文する」メニューについて

注文する場合、各食事で注文できるのは以下の種類になります。

	朝食	昼食	夕食	時間の目安
給食	○		○	準備から下膳まで 1時間20分
朝食用軽食	○			30～45分
弁当		○	○	30～60分
携帯用弁当	○	○		30分
野外炊事用セット		○	○	3～4時間

※紙パックのジュース（オレンジ・アップル）、ペットボトルのお茶（各100円）、紙パックのお茶（90円）を注文することもできます。

#### (1) 給食

メニューは「朝食用」と「夕食用」に分けられます。学校全体で同一のメニューの選択となります。

#### イメージ

《 朝食用 》



朝食A(オムレツ&スープ)



朝食B(サケ&みそしる)

《 夕食用 》 ※写真は全てではありません



ミックスフライ定食



中華定食



肉じゃがと豚汁の和風定食

#### メニュー

《 朝食用給食 》

	<b>朝食 A(オムレツ&amp;スープ)</b>	540 円
内容	ご飯、オムレツ、ウィンナー、ほうれん草のバターソテー、ポテトサラダ、コンソメスープ、ヨーグルト、オレンジジュース	
	<b>朝食 B(サケ&amp;みそしる)</b>	540 円
内容	ご飯(味付けのり・納豆付)、焼魚(サケ)、ほうれん草のおひたし、味噌汁、ヨーグルト、オレンジジュース	

《 朝食用軽食 》

	<b>朝食用軽食(サンドウィッチ&amp;コーンスープ)</b>	360 円
内容	サンドウィッチ、コーンスープ	

●朝食用軽食の納品は7：45以降となります。

《 夕食用給食 》

	<b>豚しょうが焼き定食</b>	630 円
内容	ご飯、豚ロース肉のしょうが焼き、コールスローサラダ、ポテトサラダ、ほうれん草のおひたし、みそ汁、ゼリー	
	<b>ミックスフライ定食</b>	
内容	ご飯、ミックスフライ(海老フライ、白身魚フライ、クリームコロッケ)、コールスローサラダ、ポテトサラダ、ナポリタン、コーンポタージュ、ゼリー	
	<b>中華定食</b>	
内容	ご飯、鶏の甘辛ソース和え、コールスローサラダ、春巻き、フライドポテト、中華たまごスープ、ゼリー	
	<b>目玉焼きデミハンバーグ定食</b>	
内容	ご飯、ハンバーグ、目玉焼き、フライドポテト、ほうれん草のバターソテー、ナポリタン、コーンポタージュ、ゼリー	
	<b>肉じゃがと豚汁の和風定食</b>	
内容	ご飯、肉じゃが、ほうれん草のおひたし、きんぴらレンコン、豚汁、ゼリー	
	<b>からあげ定食</b>	
内容	ご飯、鶏のからあげ、コールスローサラダ、ポテトサラダ、ナポリタン、中華たまごスープ、ゼリー	

(2) 弁当

- ・昼食と夕食時に注文できます。個人での選択が可能です。
- ・ご飯の量を大盛り、普通盛りから選ぶことができます。
- ・野外の活動場所（車で搬入できるところ）への搬入もできます（要相談）。
- ・お茶（紙パック 250ml）、お茶（ペットボトル 500ml）をつけることもできます。

イメージ

※写真は全てではありません



ハンバーグ弁当



からあげ弁当

メニュー

	<b>ハンバーグ弁当</b>	480 円
内容	ハンバーグ、ポテトサラダ、ポテトフライ等	
	<b>チキンカツ弁当</b>	
内容	チキンカツ、ポテトサラダ、ポテトフライ等	
	<b>エビフライ弁当</b>	
内容	エビフライ、コロッケ、ウインナー、ポテトサラダ、ポテトフライ等	

	<b>からあげ弁当</b>	480 円
内容	鶏のからあげ、ポテトサラダ、ポテトフライ等	
	<b>サケ弁当</b>	
内容	サケ、鶏の照焼、きんぴら、ポテトフライ、ポテトサラダ等	
	<b>幕の内弁当</b>	
内容	鶏のから揚げ、春巻き、サケ、野菜の煮物、ポテトサラダ等	

### (3) 携帯用弁当

昼食用。野外での活動時に便利です。個人での選択が可能です。朝、搬入されますので活動場所に児童生徒が携行することができます。

※ただし、活動場所に携行する際は、\*のとおり期間が決められているものもあります。

		朝食用 250ml 紙パック	携帯用弁当 500ml PET
<b>1</b>	<b>おにぎりセット2個</b>	370 円	380 円
内容	おにぎり(おかか、サケ)、お茶		
<b>2</b>	<b>おにぎりセット3個</b>	480 円	490 円
内容	おにぎり(おかか、サケ、梅)、お茶		
<b>3</b>	<b>調理パンセット</b> *11月~5月限定	490 円	500 円
内容	サンドウィッチ、焼きそばパン、お茶		
<b>4</b>	<b>菓子パンセット2個</b>	320 円	330 円
内容	菓子パン2個(チョコレート、ジャム)、お茶		
<b>5</b>	<b>菓子パンセット3個</b>	430 円	440 円
内容	菓子パン3個(チョコレート、ジャム、クリーム)、お茶		

●セットにつく紙パックのお茶をペットボトルへ変更することができます。(＋10 円)

●上記のものは、朝食用としても注文できます。(朝食用とする場合は通年の注文が可能です。ただし、納品は7：45以降となります)

### (4) 野外炊事用セット

昼食と夕食時に注文できます。学校全体で同一のメニューの選択となります。

<b>1</b>	<b>カレーセット</b>	380 円
内容	米、豚こま肉、じゃがいも、にんじん、たまねぎ、カレールー	
<b>2</b>	<b>バーベキューセット</b>	700 円
内容	牛肉、ウインナー、にんじん、キャベツ、たまねぎ、焼き肉のタレ、焼きそば、豚肉、ソース、サラダ油	
<b>3</b>	<b>豚汁セット</b>	380 円
内容	米、豚こま肉、大根、にんじん、じゃがいも、ごぼう、こんにゃく、みそ	

※アレルギー等で全ての材料を確認したい場合は、学校担当指導主事にご相談ください。

#### (5) 注文した品物の受け取り、片付け

##### 受け取り 業者搬入

\*受け渡し場所＝正面入口(ロビー)

係の先生1名の立ち会い

\*納品されたメニュー内容、数量を確認してから受け取ってください。

やませみスタッフも1名立ち会います。

活動等の都合で先生の立ち会いができない場合は、やませみスタッフが対応いたします。  
事前にご相談ください。

##### 片付け

使用後の食缶・弁当ケース・残飯・食器等の片付けは調理室等管理員(やませみスタッフ)が行います。学級毎に食器の下膳、食卓の台ふき、ピッチャー等の片付けをお願いします。

また、生活づくりを利用のねらいの柱とする場合、食後の食器洗いや食缶等の片付けを行っていただくこともできます。ご相談ください。

(配膳～下膳・片付けまでの時間の目安＝1時間半程度)

#### (6) 注文した食事等の数の変更(キャンセル)について

##### ① 変更(キャンセル)の受付時間(※注文弁当と給食、野外炊事の場合)

朝食	昼食	夕食	野外炊事(昼)	野外炊事(夜)
前日 18:00	当日 8:20	当日 12:00	前日 18:00	当日 8:20

※軽食、携帯用弁当(朝食用・昼食用)は納品日2日前

(いずれも土・日・祝日を除く 17:00 まで)です。それ以降の変更はできません。

##### ② 変更の方法

- ・食事数の変更がある場合は、時間までにやませみ事務室へお知らせください。
- ・1日目の昼食の変更については、当日朝の出欠確認後、8:20まで(できるだけ早く)に電話でやませみへご連絡ください。
- ・インフルエンザ等の集団感染による学級・学年閉鎖等で、利用の延期や中止を検討せざるを得ない場合については、すぐに学校担当指導主事にご連絡ください。

#### 4 食物アレルギーへの対応

- ・やませみを通じて注文される食事メニューについては、資料8「アレルギー物質一覧表」(81～82ページ)をご覧ください。その他、ご相談がございましたら、学校担当指導主事までお問い合わせください。

#### 5 その他

- ・調理や配膳を担当する人(児童生徒、引率者)は、必ずエプロン、マスク、髪をおおう物の着用をお願いします。
- ・調理や配膳の際は、手をよく洗い、アルコール消毒(やませみにあります)を行ってください。必要ならば、学校からビニール手袋等を持参してください。
- ・調理室、食堂、野外炊事場等の使い方については、やませみスタッフがご説明します。実際の調理や配膳、片付け及び使用箇所の清掃は学校が行ってください。