

【学校給食の食べ残しを減らそう】【生活科学3班】

岡山県立高梁高等学校 2年次 秋山隼人 浅沼美咲 岡村好花 三上凜

1.背景・目的

自分たちが中学生の時、給食を残している人が多く感じ学校給食の残飯量を減らしたいと思ったから。

2.実験・調査

- ①給食の廃棄率を知る。
- ②小中学生の好き嫌いを知る。
- ③苦手な食材の代替りの物を使った料理を作る。

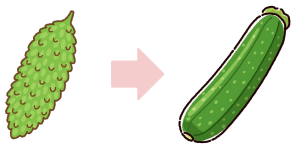
〈実験・調査方法〉

- ①高梁学校給食センターにインタビューに行く。
- ②高梁市の小中学生にアンケートをとる。
- ③苦手な食材の栄養素を調べ、同じような栄養素を持っている食材に置き換える。

4.考察

・ゴーヤをズッキーニに代用すると、**栄養素、色などは、そのままかわりの食材として万能**である。

・ゴーヤは、給食のテーマとして「**夏バテ防止**」や夏の旬の食材で、家庭で食べられていないので、**給食として食べる必要がある**。



5.結論と展望

・ゴーヤは、夏バテ防止や家庭であまり食べられない食材として使用し、ズッキーニは給食を食べる子どもたちが食べやすい食材として、使用すれば良いと思う。

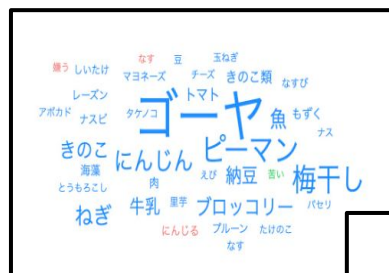
・他にも子どもたちが苦手な食材を代用した料理を何個か考えていきたい。

3.結果

①1600食の中から多くて**20キ口**、少なくても**10キ口**廃棄

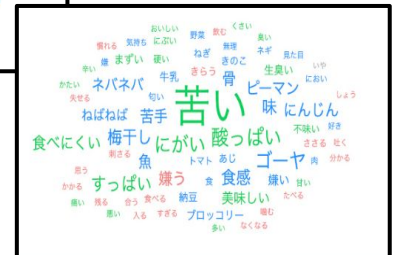
→**好き嫌いによって違う**。

②



←嫌いな食材

嫌いな理由→



嫌いな食材は圧倒的に**ゴーヤ**が多い。
理由は**苦い、食感が嫌い**などが多い。

③ゴーヤとズッキーニの共通している

- ・主な栄養素
...ビタミンC, ビタミンB, カルシウム
βカロテンなど
- ・どちらも**夏バテ防止**の効果もあり。

ゴーヤをズッキーニに代用をして、実際に給食メニューを考え作りました。

