



1月から提供する
「かるしおアレンジメニュー」ができるまで

令和4年4月

国立循環器病研究センターの調理師・管理栄養士と共に、アレンジ献立を考えました。

令和4年5～7月

アレンジ献立の試作を行いました。

国立循環器病研究センターの調理師・管理栄養士、市の管理栄養士、小学校の栄養教諭で意見を交換しながら、味や調理工程を確認するなど、

試作を3回行い、「かるしおアレンジメニュー」ができました。

あらためての

【試作での気づき】

「だし汁」を使うことが多く、だしの旨味をフル活用！

まずは「だし汁」！（試作時の様子）



令和5年1月から、かるしおアレンジメニューに限らず、だし汁に使用する「削り節」の量も増やしました。

令和5年2月以降も継続して「かるしおアレンジメニュー」を提供します。

今後とも試作を重ねて、かるしおアレンジメニューを増やし、その手法を他の献立にも活かしたいと考えています。

提供時には、児童の皆さん・教職員・給食調理員にアンケートを実施し、その評価も参考にして再アレンジすることもあります。

「かるしおアレンジメニュー」であることを意識することなく、自然に減塩ができて、子供たちが全部食べてくれるおいしい給食の提供を目指します。

取り組み内容は、小学校給食予定献立表の裏面「コラム」からもご覧いただけます。（コラムの一例）

今月から、いよいよ
グルメな減塩かるしお大作戦で生まれ
たメニューが登場します♪
作り方も載っているので、右の二次元
コードを読み込んでみてください！



吹田市 × 国循
グルメな減塩!
かるしお大作戦

吹田市健康まちづくり室、
国立循環器病研究センターのホームページでも
お知らせしています。