

研究・実践実習「研究実習 11/11」発表者募集要項

「研究実習(調理実習)11/11(土)」 10:00-16:00

【主旨】 研究・実践実習は、アレルギー大学で習得した専門知識と技術を基に、独自に研究実践した成果を発表する場です。「研究実習(調理実習)」では、基礎初級、中・上級の講座および調理実習の主旨を理解したうえで、園・学校や家庭などにおける「食物アレルギー対応メニュー・料理」を提案・実習指導をし、評価を受けます。発表料理・おやつは、表示義務7品目(推奨20品目を含むなら、なお可)を除去し、必ず代替食材をあてた、独自性の高いものに限りします。

【応募締切】 8月31日(木) (期限厳守) ※期限終了後の受付はいたしませんのでご注意ください。
支援ネット(info@alle-net.com)まで提出。

【発表人数】 4人程度(10月2日にメールにて可否の連絡をいたします。)
*応募者多数の場合は選考となります。

【発表者】 研究発表者は、下記の課題1, 2によって決定します。

【提出課題】

課題1 アレルギー対応のレシピ「おやつ」、「オリジナル料理」を各1品提案

※ 幼児(3歳以上児)の1人分

※ 「記載方法について」を参照

「おやつ」 材料費 50円(税別)を目安

「オリジナル料理」 主菜または副菜 100円(税別)を目安

(1) 発表内容

- ① 提案する料理およびおやつについて、提案した理由と命名した思い
- ② 代替等に使用した原材料の特徴
- ③ 1人分の材料、価格、栄養成分(右の書式に従って記入すること)
(エネルギー、たんぱく質、脂質、炭水化物、カルシウム、鉄、食塩相当量)
- ④ 作り方
- ⑤ 作り方のポイント、コツ

(2) 「おやつ」、「オリジナル料理」の両方とも実際に作った写真を添付

(3) 「オリジナル料理」の発注書(37人分)(右の書式に従って記入すること)

課題2 下記のテーマについて、400~800字以内にまとめて提出する。

《テーマ》

現状の給食の問題点と解決のための工夫の視点で、

「望ましいアレルギー給食の将来像」または、

「給食におけるアレルギー対応に望むこと」のいずれか1題

【「研究実習(調理実習)」の発表について】

研究実習発表者は、提出された《発表内容》に基づいて、《発表時間》内に発表する。

《発表内容》 上記記載

《発表時間》 発表時間10分、調理時間30分、質疑応答5分

(下準備は、当日、発表者自身に行っていただきますので、調理時間には含まれません。)

◆発表当日は、レシピ・食材・調理方法を説明し、受講生全員で「おやつ」、「オリジナル料理」を実習します。

提出いただきました課題1は、実習当日受講生への配布資料としますので、誰が読んでも理解できるように作成して下さい。

◆審査の結果、合格するとマイスター申請に必要な単位としてカウントされます。

【記載方法について】

1. 「おやつ」については、添付の「見本の献立」をもとに一般食のおやつを記し、その代替を提案する。

※1人分を記入

①材料表記、栄養計算

添付ファイルに記入して提出をする。

参照資料) 『食物アレルギーの基礎と対応』 『これだけでわかる食物アレルギー』 第8章、講座資料等

(おやつ名)		(代替おやつ名)		一般食および代替食の栄養計算													
材料名	重量(g)	材料名	重量(g)	エネルギー (kcal)		たんぱく質 (g)		脂質 (g)		炭水化物 (g)		カルシウム (mg)		鉄 (mg)		食塩相当量 (g)	
				一般食	代替食	一般食	代替食	一般食	代替食	一般食	代替食	一般食	代替食	一般食	代替食	一般食	代替食
合計																	

価格(代替おやつ名): 円

②作り方

参照資料) 『食物アレルギーの基礎と対応』 『これだけでわかる食物アレルギー』 または、実習の資料等

2. 「オリジナル料理」について ※幼児1人分を記入

①家庭より主食を持参する場合の給食の一般食[昼食1食分+おやつ]の献立を立て、材料(材料名、重量)、栄養量を記載する。

②「主菜、副菜」のいずれか1品を、「オリジナル料理(代替食)」として提案し、一般食の隣の欄に下記のように記載する。

③材料表記と作り方は、「おやつ」と同じ参照資料使用(記入例)

	一般食		代替食		エネルギー (kcal)		たんぱく質 (g)		脂質 (g)		炭水化物 (g)								
	材料名	重量(g)	材料名	重量(g)	一般食	代替食	一般食	代替食	一般食	代替食	一般食	代替食	一般食	代替食	一般食	代替食	一般食	代替食	
主菜	コロッケ																		
	じゃがいも	35			27		0.6		0.0		8.2								
	豚ひき肉	15			33		2.8		2.3		0.0								
副菜	玉子サラダ		豆腐サラダ																
	卵	30	絹ごし豆腐	40	45	22	3.7	2.0	3.1	1.2	0.1	0.8	15	17	0.5	0.3	0.1		
	食塩	0.2	食塩	0.2	0	0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0	0	0.0	0.0	0.2		
	マヨネーズ-卵黄型	10	アレルギー用マヨネーズ	10	67		0.3		7.2		0.2		2		0.1		0.2		※「A-1マヨネーズ」参照
	ブロッコリー	15			4	4	0.5	0.5	0.1	0.1	0.6	0.6	5	5	0.1	0.1	0.0	0.0	
	キャベツ	20			5	5	0.3	0.3	0.0	0.0	1.0	1.0	9	9	0.1	0.1	0.0	0.0	
	ロースハム	10		さき身		19	1.7	4.1	1.4	0.2	0.1	0.0	1	1	0.1	0.0	0.3	0.0	
小計						2.4	32	32	0.9	0.5	0.8	6.4							
汁物	スープ																		
	チンゲン菜	15			0.4	18	18	0.1	0.1	0.0	0.0								
	生しいたけ	5			0.3	0	0	0.0	0.0	0.0	0.0								
おやつ	かぼちゃかんでん																		
	かぼちゃ	60			29		1.0		0.1		6.5		12		0.3		0.0		
合計						492	392	17.1	14.8	24.5	12.2	32	55.6	97.1	78.1	2.1	1.5	2.2	1.7

市販品・加工品および記入した材料名が栄養成分表に載っていない物に関しては、備考欄にどの値を参照したかを記入する。

代替食でも同じ食材をそのまま使用する場合は、材料欄には『→』を記入し、栄養量も代替食の欄に同様に記入する。

価格(主菜名または副菜名): 円

3. アレルギー対応の発注書の書式について

下記の書式に従って、記入してください。

「発注量」については、食品成分表を参考に廃棄率を考慮して算出してください。

(記入例)

料理名	材料名	1人分の分量	37人分の分量	発注量	廃棄率	備考
ハンバーグ	玉ねぎ	100	3700	3854	6%	指定の食材は、明記すること