給食管理ゼミ

担当教員
三好 恵子

ゼミテーマ

スチームコンベクションオーブンを
効率よく使用した給食献立の立案と
その実践力を身につける

スチームコンベクションオーブンとは？

一台で焼く・揚げる・蒸す・茹でる・炒める・煮る・炊くなど様々な加熱調理ができ、マニュアルに従えば、誰でも同じ仕上がりの料理を作ることができる大量調理向きの機器のこと。通称スチコン。

活動の様子

保育園児を対象とした
七夕の行事食

ドライカレーや海鮮焼きそば、
から揚げ、チーズケーキも
スチコンで調理！

駒込祭

駒込祭では三好・長田ゼミ合同で
給食調理・提供をします！
（両日ともに50食販売しました）

●コールスロー
野菜をスチコンで加熱することにより鍋で野菜を茹でるよりもビタミンCなどの栄養素の損失を最小限に抑える

●チリコンカン
スチコンで野菜を加熱したのち肉と合わせて煮ることで炒め油の削減と作業効率アップ

●揚げパン
少量の油をコッペパンに塗って加熱することで油の使用量を減らしエネルギーを抑える工夫