

(様式3)

令和6年度 かながわ学校給食地場産物利用促進運動実施報告書

献立名		二宮産カマスの蒲焼き												
使用した地場産食材		ヤマトカマス												
<p>・献立を活用した指導方法(放送、資料配付等) ・授業・学校行事・講演等(実施内容、活動方法、対象、連携の有無(有りの場合は主な関係機関・団体名も)等)</p> <p>・献立表、給食だよりにより生産者紹介や近年の漁業について掲載した。 「ひとくちメモ」にカマスの内容を紹介して、給食の放送時間に児童に読んでもらった。 カマス動画を小中学校の給食時間に流し、カマスや漁業について興味関心をもってもらうため、食育時間を設けた。 毎年各1校に栄養士が出向き、地産地消の内容にし、食育活動を行った。</p>														
献立名から一品、作り方を紹介														
								<p>作り方・調理のポイント</p> <p>【蒲焼きのタレを作る】 鍋に、しょうゆ、砂糖、水をいれ、溶かす。</p> <p>①カマスに片栗粉をつけて、揚げる。 ②揚げたカマスに、蒲焼きのタレをかける。</p>						
栄養価														
材料名 (1人分)	分量 g	エネルギー kcal	たんぱく質 g	脂質 g	カルシウム mg	マグネシウム mg	鉄 mg	亜鉛 mg	ビタミンA μgRAE	ビタミンB1 mg	ビタミンB2 mg	ビタミンC mg	食物繊維 g	食塩相当量 g
ヤマトカマス	80	110	15.1	5.8	33	27	0.2	0.4	0	0.02	0.11	0	0	0
片栗粉	5	17	0	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0
だいた油	4	37	0	4	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
三温糖	3	12	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
しょうゆ	3	2	0.2	0	1	2	0.1	0	0	0	0.01	0	0	0.4
水分	2	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
合計		178	15	9.8	35	29	0.3	0.4	0	0	0.1	0	0	0.4