

(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		ごはん、牛乳、唐揚げ、春雨サラダ、さつまいもの味噌汁													
使用した地場産食材		ごはん、牛乳、きゅうり、大根、にんじん、長ねぎ、さつまいも													
・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)															
・献立表 ・給食メール															
〈給食メール〉 今日の給食は、神奈川県で作られた食材をたくさん使った「神奈川県産品献立」です。使用しているのは、米、牛乳、みそ汁に入っているさつまいも、大根、長ねぎ、サラダに入っているきゅうり、にんじんです。お米は、神奈川県産の「はるみ」という品種と、千葉県産の「ふさおとめ」という品種のブレンド米です。牛乳は、県内で搾乳された生乳100%の牛乳で、中井町にある工場で生産されています。さつまいもは、中井町産です。今日の給食のように地域でとれたものを地域で食べることを「地産地消」と言います。神奈川県産の食材をしっかりと味わいながらいただきます。															
献立名から一品、作り方を紹介															
		作り方・調理のポイント さつまいものみそ汁													
		①玉ねぎは1/2スライス3mm、大根はいちょう3mm、さつまいもはいちょう1cm、長ねぎは小口切りにする。 ②油揚げの油抜きする。 ③水を入れ、玉葱、大根を入れる。 ④和風だし、油揚げ、さつまいもを入れる。 ⑤長ねぎ、みそを入れる。													
		調理のポイント ・さつまいもが煮くずれないように火を通す。 ・味噌を沸騰させすぎると、香りが飛んでしまうため、火加減に注意する。													
材料名 (1人分)	分量 g	栄養価													
		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	
玉ねぎ	10	4	0.1		2	1						1	0.2		
大根	10	2	0.1		2	1						1	0.1	0.01	
和風だし	1.5	3	0.3		3									0.74	
油揚げ	5	19	0.9	1.7	15	7	0.2	0.1					0.1	0.00	
さつまいも	30	40	0.4	0.1	12	8	0.2	0.1	1	0.03	0.01	9	0.7	0.00	
長ねぎ	5	1			2	1						1	0.1		
赤味噌	1	2	0.1	0.1	1	1								0.13	
白味噌	2	4	0.3	0.1	2	2	0.1						0.1	0.24	
合計		75	2.2	2	39	21	0.5	0.2	1	0	0	12	1.3	1.1	