

(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		足柄茶うどん うまづらはぎの天ぷら 塩昆布和え 牛乳													
使用した地場産食材		茶うどん 油揚げ 玉ねぎ うまづらはぎ 白菜 もやし 牛乳													
・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) ・給食だよりにより使用する県内食材を掲載 ・昼の放送で地場産や地産地消について紹介															
献立名から一品、作り方を紹介															
		作り方・調理のポイント ・魚に下味をつける。(酒・生姜・ニンニク・醤油) ・天ぷら衣をつくる。 ・下味付けた魚に衣をつけて、揚げる。													
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
うまづらはぎ		40	30	7.3	0.1	22	35	0.2	0.2	0	0	0.04	0	0	0.2
料理酒		2.5	3	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
おろし生姜		1.5	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
おろしニンニク		0.1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
醤油		2.5	2	0.2	0	1	1	0	0	0	0	0	0	0	0.4
片栗粉		4.5	15	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
小麦粉		4.5	15	0.5	0.1	1	1	0.1	0.1	0	0.1	0	0	0	0
卵		4	6	0.5	0.4	2	2	0.1	0	7	0	0	0.1	0	0
揚げ油		5	44	0	5	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
合計			116	8.5	5.6	26	39	0.4	0.3	7	0.1	0	0.1	0	0.6