

(様式3)

令和4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	牛乳 麦ご飯 かます棒のからあげ梅ソース おだわらっこおでん
使用した地場産食材	牛乳 米 かます棒 梅肉 さといも
<ul style="list-style-type: none"> ・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） 	
給食時に献立に関連したおたよりを全校に配布。	

献立名から一品、作り方を紹介



作り方・調理のポイント

- ①かます棒に澱粉をまぶして、油で揚げる。
- ②別の釜でしょうゆ、日本酒、みりん、上白糖、味なし白梅肉を煮詰め、最後に 澱粉でとろみをつけてソースを作る。
- ③配缶時に並べたかます棒の上に梅ソースをかける。

梅ソースの梅は味を見ながら、児童が食べやすい味に調整する必要がある。

材料名 (1人分)	分量 g	栄養価												
		エネルギー	たんぱく質	脂質	カルシウム	マグネシウム	鉄	亜鉛	ビタミンA	ビタミンB1	ビタミンB2	ビタミンC	食物繊維	食塩相当量
		kcal	g	g	mg	mg	mg	mg	μgRAE	mg	mg	mg	g	g
サラダ油	5	44		5										
かます棒	50	69	7.8	3.2	21	17	0.2	0.3	6	0.02	0.07			0.1
澱粉	3	10												
しょうゆ	1.5	1	0.1		1	1								0.2
日本酒	4.5	5												
みりん	3	7												
上白糖	0.75	3												
澱粉	0.75	3												
味なし白梅肉	3.5	2											0.1	0.7
合計		144	7.9	8.2	22	18	0.2	0.3	6	0	0.1	0	0.1	1