

(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	麦ごはん 地魚ハンバーグの甘辛煮 けんちん汁 牛乳
-----	---------------------------

使用した地場産食材	地魚ハンバーグ、里芋、大根、小松菜、豚肉、米、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）

食育ニュース(クラス配布、給食時間に放送、校内掲示)

今日は小田原を元気にする食べ物についてです。
 小田原の港でたくさん捕れるカマスと鰯を使った地魚ハンバーグは、体を作るたんぱく質や血液をサラサラにするあぶらがあります。
 今日は、砂糖と醤油で甘辛い味に仕上げました。今日の給食には、地魚ハンバーグも他にもサトイモやダイコンなど私たちの町「小田原」で作られたり、とれたりした食べ物が使われています。このように地元でとれたものを食べることを「地産地消」といいます。地産地消は地元のもの食べた私たちは元気になる、そして、食べ物を作ったり、とったりした地元の人も笑顔にしてくれます。給食では、この地産地消を行っています。これからも地元の食べ物を給食でもたくさん食べて、小田原を元気な町にしましょう。

献立名から一品、作り方を紹介



作り方・調理のポイント

地魚ハンバーグの甘辛煮

- 1、地魚ハンバーグをすりおろし生姜、日本酒、みりん、砂糖、しょうゆで60分煮る。
- 2、ハンバーグを取り出し盛り付ける。残った汁は澱粉でとろみをつけ、ハンバーグにかける。

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
地魚ハンバーグ	50	69	6.3	2.2	30	22	0.4	0.3	21	0.03	0.06	1	0.7	0.8
生姜	0.3													
日本酒	2	2												
しょうゆ	3	2	0.2		1	2					0.01			0.4
上白糖	1.5	6												
でんぶん	0.5	1												
合計		80	6.5	2.2	31	24	0.4	0.3	21	0	0.1	1	0.7	1.2