

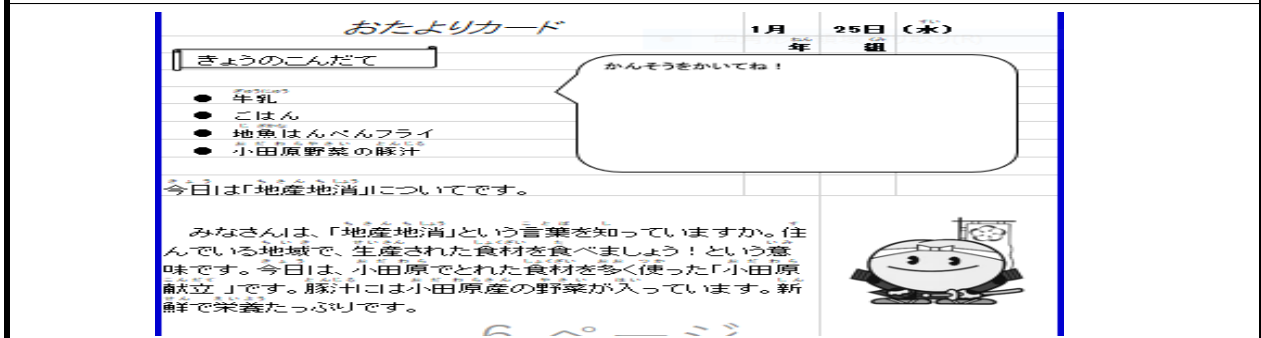
(様式3)

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・ごはん・地魚はんぺんフライ・小田原野菜の豚汁

使用した地場産食材 地魚入り白はんぺん・大根・里芋・長ねぎ

・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)



献立名から一品、作り方を紹介

写真	<p>作り方・調理のポイント</p> <p>地魚はんぺんフライ</p> <p>①はんぺんに衣をつける(小麦粉と水を合わせたもの)</p> <p>②パン粉をつける</p> <p>③油で揚げる</p> <p>※卵アレルギー対応のため、卵不使用</p>
----	---

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
1日全体		649	27.5	18.8	280	84	1.8	2.8	161	0.38	0.45	7	2.4	2.1
～はんぺんフライ～														
油	5	44		5										
地魚入りはんぺん	45	53	5.7	1.4	9	10	0.1	0.2	9	0.02	0.02		0.4	0.72
小麦粉	5	18	0.4	0.1						0.01				
水														
パン粉	6	22	0.9	0.4	2	2	0.1	0.1		0.01				0.07
ソース	3	4			2	1	0.1							0.17
合計		141	7	6.9	13	13	0.3	0.3	9	0	0	0	0.4	1