

(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	あじさいポテトサラダ
使用した地場産食材	じゃがいも(シャドークイーン)

- ・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)

・給食放送にてシャドークイーンの紹介、サンプルケースで通常のじゃがいもと比較展示した。



献立名から一品、作り方を紹介



作り方・調理のポイント

- ①じゃがいも・シャドークイーンは5～10mmくらいの賽の目またはいちょう切りにしてゆで、つぶしてから冷却する。たまねぎは2cmくらいの角切り、きゅうりは5mmくらいのいちょう切りにし、それぞれゆでて冷却後、しぼって水気を切る。
- ②ハム、ホールコーンもそれぞれゆでて冷却する。
- ③調味料類は未開封のものを使用し、冷却した①・②の材料と混ぜ合わせる。

※シャドークイーンは固めなので、普通のジャガイモより先に釜に入れ、時間差でゆでてよい

材料名 (1人分)	分量 g	栄養価												
		エネルギー kcal	たんばく質 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
シャドークイーン	9	5	0.2	0	0	2	0	0	0	0.01	0	3	0.8	0
じゃがいも	25	15	0.5	0	1	5	0.1	0.1	0	0.02	0.01	7	2.2	0
たまねぎ	4	1	0	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0.1	0
きゅうり	5	1	0.1	0	1	1	0	0	1	0	0	1	0.1	0
ハム(角)	4	6	0.9	0.2	0	1	0	0.1	0	0.03	0.01	0	0	0
冷凍ホールコーン	2	2	0.1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0.1	0
食卓塩	0.1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0.1
白こしょう	0.02	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
酢	0.2	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
マヨネーズ	5.5	37	0.1	4.1	1	0	0	0	3	0	0	0	0	0.1
合計		67	1.9	4.3	4	9	0.1	0.2	4	0.1	0	11	3.3	0.2