

(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

<b>献立名</b>		<b>赤飯 チキンナゲット 豚肉とごぼうの炒め煮 ふしめん汁 牛乳</b>												
<b>使用した地場産食材</b>		<b>もち米 豚肉 牛乳</b>												
<p>・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)</p> <p>・昇降口に盛り付け図掲示          ・学校公開日特別給食 地域の米作り指導者から寄贈のもち米使用          ・給食時間の放送での紹介          「〇〇さんは、田んぼを作り続けて約60年になります。代々先祖から受け継いだ田んぼを守りつないでいます。向田小の下の田んぼの景色、いつまでも見続けたいですね。5年生や〇〇さんに感謝して、残さずおいしく、いただきましょう。」</p>														
献立名から一品、作り方を紹介														
写真		<b>作り方・調理のポイント</b>  <b>前日準備</b> ①朝、ささげを洗って水につける。 ②午前うちに、ささげをわれないように茹でる。(45分位) ③もち米をとぐ。 ④もち米をささげのゆで汁とともに、たっぷりの水で浸水する。  <b>当日調理</b> ①浸水したもち米の水をきり、蒸しかごに入れる。 ②打ち水をしながら、35分位蒸し、10分むらして、配食。												
		<b>栄養価</b>												
材料名 (1人分)	分量 g	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
もち米	64	219	3.9	0.6	3	15	0.5	0.9	0	0.04	0.01	0	0.3	0
ささげ	3	8	0.7	0.1	2	5	0.2	0.1	0	0.01	0	0	0.6	0
ごま塩	0.4	1	0	0.1	2	1	0	0	0	0	0	0	0	0.2
<b>合計</b>		<b>228</b>	<b>4.6</b>	<b>0.8</b>	<b>7</b>	<b>21</b>	<b>0.7</b>	<b>1</b>	<b>0</b>	<b>0.1</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0.9</b>	<b>0.2</b>