（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	切干大根のサラダ
使用した地場産食材	切干大根

・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）

毎週配付している「給食ひと口メモ」の中で、神奈川県産の大根を切干大根に加工したものを使用した内容を掲載した。

献立名から一品、作り方を紹介

作り方・調理のポイント

調味料は合わせて加熱して冷ましておく。
きゅうりは斜め半月、にんじんは細切りにする。
切干大根、きゅうり、もやし、にんじんをゆで水冷した後絞る。
※しっかりと水分を絞ることで味がぼやけず仕上がる。
合わせ調味料と和える。

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
切干大根	10	28	1.0	0.1	50	16	0.3	0	0	0.04	0.02	3	2.1	0.1
きゅうり	10	1	0.1	0.0	3	2	0.0	0	3	0.00	0.00	1	0.1	0.0
もやし	30	5	0.5	0.0	3	2	0.1	0	0	0.01	0.02	2	0.4	0.0
にんじん	10	3	0.1	0.0	3	1	0.0	0	69	0.01	0.01	1	0.2	0.0
穀物酢	3	1	0.0	0.0	0	0	0.0	0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.0
上白糖	1.5	6	0.0	0.0	0	0	0.0	0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.0
しょうゆ(濃口)	3.5	3	0.3	0.0	1	2	0.1	0	0	0.00	0.01	0	0.0	0.5
ごま油	0.5	4	0.0	0.5	0	0	0.0	0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.0
合計		51	2.0	0.6	60	23	0.5	0.4	72	0.06	0.06	7	2.8	0.6