

(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		たけのこごはん 牛乳 新玉ねぎの味噌汁 若鶏のしそ天ぷら ひじきの炒り煮												
使用した地場産食材		たけのこ 牛乳 新玉ねぎ 大根 米												
・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)														
給食時の校内放送で、たけのこは一年中出回っているが、春のこの時期が旬であることと本日使用したたけのこが地元産であること、味噌汁に使用した新玉ねぎも、小田原市東部で収穫される下中玉ねぎであることを伝えた。														
献立名から一品、作り方を紹介														
写真							作り方・調理のポイント							
							<p><新玉ねぎの味噌汁></p> <p>①釜に湯を沸かし、鯉節を入れてだしをとる。 ②大根を入れ、火が通ったら玉ねぎを入れる。 ③火を止めて味噌を溶いて加え、豆腐と長葱を加える。</p> <p>★新玉ねぎはすぐに火が通ってしまうので煮すぎないようにする。</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
新玉ねぎの味噌汁														
味噌	10	10	0.6	1.3	5	4	0.2	0	0	0	0	0	0.2	0.6
かつおぶし	2	0.3	0.1	0	0.2	0.3	0	0	0	0	0	0	0	1
大根	20	3.6	0.1	0	4.6	2	0	0	0	0	0	2.2	0.3	1
玉ねぎ	20	7.4	0.2	0	4.2	1.8	0	0	0	0	0	1.6	0.4	1
長葱	10	2.8	0.1	0	3.1	1.1	0	0	0.2	0	0	1.1	0.2	1
豆腐	20	14.4	1.3	0.8	2.4	6.2	0.2	0.1	0	0	0	0	0.1	1
合計		38.5	2.4	2.1	20	15	0.4	0.1	0.2	0	0	4.9	1.2	5.6