

(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	弥一芋グラタン
使用した地場産食材	弥一芋(里芋)
・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)	
地産地消や、町内産の特産品「弥一芋」について、視聴覚委員が給食時間に校内放送。	

献立名から一品、作り方を紹介



作り方・調理のポイント

- ①弥一芋を厚めいちょう切りにし、ゆでる。
- ②ひき肉、玉葱を炒める。コンソメ、塩、ナツメグを加え、さらに炒める。
- ③火を止め、小麦粉とスキムミルクを振り入れ混ぜる。
- ④味噌を牛乳で溶き、少しずつ加え煮る。
- ⑤弥一芋を加える。
- ⑥カップに入れ、上から粉チーズをかけ焼く。

材料名 (1人分)	分量 g	栄養価												
		エネルギー kcal	蛋白質 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 μgRE	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 g
弥一芋(さといも)	50	27	0.8	0.1	5	10	0.3	0.2	0	0.02	0.01	2	1.2	0
豚ひき肉	20	42	3.5	3.4	1	4	0.2	0.6	2	0.1	0.03	0	0	0
ナツメグ	0.01	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
コンソメ	0.3	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0.1
食塩	0.2	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0.2
玉葱	20	7	0.2	0	4	2	0.1	0	0	0.01	0	1	0.3	0
大豆ミート	5	18	2.3	0.2	14	15	0.4	0.2		0.02	0.01	0	0.9	
サラダ油	1	9	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
小麦粉	5	17	0.4	0.1	1	1	0	0	0	0	0	0	0.1	0
牛乳	30	18	1	1.1	33	3	0	0.1	11	0.01	0.03	0	0	0
白みそ	2.5	5	0.3	0.2	3	2	0.1	0	0	0	0	0	0.1	0.3
スキムミルク(脱脂粉乳)	2	7	0.7	0	22	2	0	0.1	0	0	0.02	0	0	0
粉チーズ	3.5	13	1.1	0.9	27	1	0	0.2	0	0	0.01	0	0	0
紙カップ														
合計		164	10	7	110	40	1.1	1.4	13	0.2	0.1	3	2.6	0.6