

(様式3)

令和7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>ごはん さばの塩焼き 五目豆 みそ汁 牛乳</b>
<b>使用した地場産食材</b>	<b>米 ひじき 大根 小松菜 牛乳</b>


- ・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)

・各学校で献立内容を放送したり、給食ひとくちメモや給食クイズなどを配布したりして児童へ周知しました。毎日のクイズを楽しみにしている児童が多く、クイズで紹介されたことで、苦手だが食べようという姿勢がみられました。

～給食ひとくちメモより～ (一部抜粋)

今日は「かながわ産品学校給食デー」です。私たちの住む、神奈川県でとれた米・ひじき・大根・小松菜・牛乳を使った献立です。自分たちが住む地域で作られた食材を、その地域で使うことを「地産地消」といいます。地産地消は、安くて新鮮な食材を食べることができ、運ぶ時の二酸化炭素を減らすこともできるので、SDG s の取組にもなります。

献立名から一品、作り方を紹介

	<p><b>作り方・調理のポイント</b></p> <p><b>【五目豆】</b></p> <p>①ひじきは水で戻しておく。大豆は水で戻し、やわらかくゆでる。          ②油を熱し、とり肉を炒める。肉色が変わったらにんじん・ひじき・こんにゃくの順に入れて炒める。          ③砂糖・しょうゆを半量入れて、野菜がやわらかくなるまで煮る。          ④大豆と残りの砂糖・しょうゆを入れて煮込み、仕上げる。</p> <p>※大豆が苦手な児童が多いため、大豆をやわらかく煮て食べやすくするよう配慮している。</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
油	0.5	5	0	0.5	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
とり肉(皮つき・もも・むね)	15	26	2.9	1.5	1	4	0.1	0.2	4	0.02	0.02	0	0	0
にんじん	10	4	0.1	0	3	1	0	0	69	0.01	0.01	1	0	0
ひじき	0.8	1	0.1	0	8	5	0.1	0	3	0	0	0	0.4	0
こんにゃく	15	1	0	0	6	0	0.1	0	0	0	0	0	0.3	0
大豆	12	51	4.1	2.4	22	26	0.8	0.4	0	0.09	0.03	0	2.6	0
砂糖	1.8	7	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
しょうゆ	3.6	3	0.3	0	1	2	0.1	0	0	0	0.01	0	0	0.5
合計		98	7.5	4.4	41	38	1.2	0.6	76	0.12	0.07	1	3.3	0.5