

(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 大根葉のふりかけ ちくわの磯辺揚げ めった汁 牛乳</b>
<b>使用した地場産食材</b>	<b>米 大根 豚肉 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)

・統一献立で「かながわ産品学校給食デー」を実施しました。各学校で、献立に使用している神奈川県産の食材を給食だよりに記載しました。  
 ・給食指導ではひとくちメモを作成し、GIGA端末で共有したり、紙に印刷したりし、教室で活用しました。

～給食ひとくちメモより～

今日はかながわ産品学校給食デーです。今日の給食では、神奈川県でとれた、米、大根、豚肉、牛乳を使っています。神奈川県では、大根やキャベツなどの野菜が有名ですが、豚や牛なども育てられています。私たちの住んでいる神奈川県のおいしい味を楽しみながらいただきます。

献立名から一品、作り方を紹介



**作り方・調理のポイント**

**【めった汁】**

- ① ごぼうは斜め薄切り、にんじん、大根、さつまいはちょう切りにする。ほうれん草は2cm幅に切り、下ゆです。油揚げは、油抜きしてから、短冊切りにする。
- ② 油を熱し、豚肉を炒め、色が変わったらごぼう、にんじんを加えて炒める。
- ③ 水を加え、大根を入れて煮る。アクをとり、さつまい、油揚げを加えて、さらに煮る。
- ④ 野菜が煮えたら、みそを加え、味を調える。
- ⑤ 長ねぎ、ほうれん草を入れて仕上げる。

材料名 (1人分)	分量 g	り												
		エネルギー kcal	たんばく質 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
豚肉(もも)	12.5	19	2.7	0.8	1	3	0.1	0.3	0	0.12	0.03	0	0	0
豚肉(肩)	12.5	27	2.3	1.8	1	3	0.1	0.3	1	0.08	0.03	0	0	0
ごぼう	5	3	0.1	0	2	3	0	0	0	0	0	0	0.3	0
にんじん	10	4	0.1	0	3	1	0	0	69	0.01	0.01	1	0.2	0
水	120	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
大根	20	4	0.1	0	5	2	0	0	0	0	0	2	0.3	0
さつまい	20	27	0.2	0	7	5	0.1	0	0	0.02	0.01	6	0.4	0
油揚げ	5	21	1.2	1.7	16	8	0.2	0.1	0	0	0	0	0.1	0
赤みそ	5.7	11	0.7	0.3	6	4	0.2	0.1	0	0	0.01	0	0.3	0.7
白みそ	3	6	0.4	0.2	3	2	0.1	0	0	0	0	0	0.2	0.4
長ねぎ	10	3	0.1	0	4	1	0	0	1	0.01	0	1	0.3	0
ほうれん草	5	1	0.1	0	2	3	0.1	0	18	0.01	0.01	2	0.1	0
ゆで塩		0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
合計		131	8	5.3	50	35	0.9	0.8	89	0.25	0.10	12	2.2	1.1