

(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

献立名		ごはん さんまのかば焼き ジャが芋の和風あえ 具だくさん!ちゃんこなべ風スープ 牛乳															
使用した地場産食材		米・牛乳(神奈川県産) / ジャが芋・にんじん・大根(川崎市内産)															
		・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)															
		【パクパクイズ】より(給食時間等で実施) 川崎市で収穫できる農産物の中で、じゃが芋の収穫量は第6位です。ちなみに1位は梨です。川崎市にはじゃが芋畑がいくつかあり収穫体験ができるところも多いです。品種は主に「男爵いも」「メークイン」「キタアカリ」などが作られています。 この日は、東橋中学校の生徒が収穫したじゃが芋を自校調理中学校の4校で使用しました。															
献立名から一品、作り方を紹介		<table border="1" style="width:100%; border-collapse: collapse;"> <tr> <td style="width: 30%; text-align: center; vertical-align: middle;">  </td> <td style="padding: 5px;"> 作り方・調理のポイント 【じゃが芋の和風あえ】 <作り方> ①じゃが芋は一口大に切り、にんじんは0.5cm幅のいちょう切りにする。 ②じゃが芋は蒸し、にんじんは下ゆでする。 ③ごま油を熱し、ひじきを炒める。 ④調味料を入れ煮含める。 ⑤①のじゃが芋・にんじんを入れ加熱しながら合わせる。 ⑥えだ豆を加え、けずり節をふって仕上げる。 </td> </tr> </table>															作り方・調理のポイント 【じゃが芋の和風あえ】 <作り方> ①じゃが芋は一口大に切り、にんじんは0.5cm幅のいちょう切りにする。 ②じゃが芋は蒸し、にんじんは下ゆでする。 ③ごま油を熱し、ひじきを炒める。 ④調味料を入れ煮含める。 ⑤①のじゃが芋・にんじんを入れ加熱しながら合わせる。 ⑥えだ豆を加え、けずり節をふって仕上げる。
	作り方・調理のポイント 【じゃが芋の和風あえ】 <作り方> ①じゃが芋は一口大に切り、にんじんは0.5cm幅のいちょう切りにする。 ②じゃが芋は蒸し、にんじんは下ゆでする。 ③ごま油を熱し、ひじきを炒める。 ④調味料を入れ煮含める。 ⑤①のじゃが芋・にんじんを入れ加熱しながら合わせる。 ⑥えだ豆を加え、けずり節をふって仕上げる。																
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			
じゃが芋(市内産)	56	43	1.0	0.1	2	11	0.2	0.1	0	0.05	0.02	16	5.0	0.0			
にんじん(市内産)	5	2	0.0	0.0	1	0	0.0	0.0	35	0	0	0	0.1	0.0			
ゆで塩		0	0.0	0.0	0	0	0.0	0.0	0	0	0	0	0.0	0.0			
ごま油	0.4	4	0.0	0.4	0	0	0.0	0.0	0	0	0	0	0.0	0.0			
ひじき	0.4	1	0.0	0.0	4	3	0.0	0.0	1	0	0	0	0.2	0.0			
しょうゆ	2.8	2	0.2	0.0	1	2	0.1	0.0	0	0	0	0	0.0	0.4			
酒	2	2	0.0	0.0	0	0	0.0	0.0	0	0	0	0	0.0	0.0			
みりん	2	5	0.0	0.0	0	0	0.0	0.0	0	0	0	0	0.0	0.0			
えだ豆	5	7	0.6	0.3	4	4	0.1	0.1	1	0.01	0.01	1	0.2	0.0			
けずり節	1.04	4	0.8	0.0	0	1	0.1	0.0	0	0	0.01	0	0.0	0.0			
合計		70	2.6	0.8	12	21	0.5	0.3	37	0.06	0.04	17	5.5	0.4			