

(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	委託ごはん、牛乳、豆腐と大和芋の卵焼き、ひじきの炒り煮、ゆずみそ汁
使用した地場産食材	米、飲用牛乳、やまといも、ひじき、豚肉、キャベツ、だいこん、小松菜
<p>・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)</p> <p>市制記念日のお祝い給食週間(地場産強化)に実施しました。(11/17~21) 地場産物強化週間となることを事前に献立表に掲載し、家庭及び教職員に周知しました。 当日は、使用地場産物について校内放送を行い、学校のHP(ブログ)にも放送内容を掲載しました。</p>	

献立名から一品、作り方を紹介



作り方・調理のポイント

◎ゆずみそ汁◎

- ①削り節でだしをとる。材料を切る。
 キャベツ…短冊切り だいこん・にんじん…いちょう切り
 小松菜 …茹でて食べやすい長さに切る
- ②だし汁を熱し、豚肉を入れて煮る。煮立ったらあくをよくとり、にんじんとだいこんを入れる。
- ③キャベツを入れ、柔らかくなったらだして溶いたみそを入れる。
- ④小松菜を散らし、仕上げにゆず果汁を入れる。

※ゆずの香りを生かすために、ゆず果汁は最後に加える。

材料名 (1人分)	分量 g	栄養価											食物 繊維 g	食塩 相当 g
		エネルギー	蛋白質	脂質	カルシウム	マグネシウム	鉄	亜鉛	ビタミンA	ビタミンB1	ビタミンB2	ビタミンC		
		kcal	g	g	mg	mg	mg	mg	μgRE	mg	mg	mg		
豚肩小間切肉	12	26	2.2	1.8	0	3	0.1	0.3	1	0.08	0.03	0	0.0	0.0
キャベツ	30	7	0.4	0.1	13	4	0.1	0.1	2	0.01	0.01	12	0.5	0.0
だいこん	20	4	0.1	0.0	5	2	0.0	0.0	0	0.00	0.00	2	0.3	0.0
にんじん	15	6	0.1	0.0	4	1	0.0	0.0	210	0.01	0.01	1	0.4	0.0
小松菜	10	1	0.2	0.0	17	1	0.3	0.0	52	0.01	0.01	4	0.2	0.0
白みそ	11	21	1.4	0.7	11	8	0.4	0.1	0	0.00	0.01	0	0.5	1.4
ゆず果汁	0.5	0	0.0	0.0	0	0	0.0	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.0
削り節	3	0	0.0	0.0	0	0	0.0	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.0
水	110	0	0.0	0.0	0	0	0.0	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.0
合計		65	4.4	2.6	50	19	0.9	0.5	265	0.1	0.1	19	1.9	1.4