

(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		キャベツソテー													
使用した地場産食材		キャベツ													
・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) 月の献立表、給食だよりの配付。															
献立名から一品、作り方を紹介															
写真								作り方・調理のポイント 炒める順番と時間を考えながら炒める。キャベツの芯を先に炒められるとよい。							
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	
キャベツ	50	11	0.7	0.1	22	7	0.2	0.1	2	0.02	0.02	21	0.9	0.007	
緑豆もやし	20	3	0.3	0	2	2	0	0.1	0	0.01	0.01	2	0.3	0	
にんじん	10	3	0.1	0	3	1	0	0	69	0.01	0.01	1	0.2	0.007	
コーン	6	5	0.1	0	0	1	0	0	0	0	0	0	0.2	0.03	
ベーコン	6	24	0.8	2.3	0	1	0	0.1	0	0.03	0.01	2	0	0.12	
植物油	1.5	13	0	1.5	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
食塩	0.2	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0.2	
こしょう	0.02	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
合計		59	2	3.9	27	12	0.2	0.3	71	0.1	0.1	26	1.6	0.4	