


(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	葉にんにくと豚肉のピリ辛丼
使用した地場産食材	葉にんにく、長ねぎ
<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>・給食時間の放送原稿 ・秦野市農業協同組合</p>	<p style="text-align: center;">ボンチーヌ通信  令和8年2月6日(金)</p> <p style="text-align: center;">「ふるさとほだの食育DAY ~葉にんにく~」</p> <p>みなさん、こんにちは！ 葉にんにくと豚肉のピリ辛丼に使用している「葉にんにく」は、「かながわブランド」に登録されています。ニラよりも肉厚で、普通のにんにくよりも辛味や匂いが少ない特徴があり、炒め物や鍋物などに活用できます。 山々に囲まれた秦野市では、農作物がイシシやシカなどの被害を受けることから、鳥獣被害の少ない作物として葉にんにくや青パパイアの栽培がすすまられています。 今日の給食も落ち着いてよく噛んで、味わって食べましょう。これでお話しを終わります。</p> <p style="text-align: right;">ほだのっ子キッチン 栄養士</p>

献立名から一品、作り方を紹介



作り方・調理のポイント

- ①精白米は精米後浸漬し、炊く。
- ②葉にんにくは、1cm幅のざく切り、長ねぎは斜め切り又は4mm幅の小口切りにする。玉ねぎは時うす切り、にんじんははちょう切りに又は細切りにする。
- ③調味料はあわせておく。
- ④サラダ油をあたためて、豚肉を炒める。
- ⑤豚肉に火が通ったら、にんじん、玉ねぎ、長ねぎを加え炒める。
- ⑥調味料を混ぜ入れ、葉にんにくを入れて炒める。
- ⑦最後に水溶き片栗粉でとろみをつける。

※葉にんにくは鳥獣被害を受けにくい作物として秦野市の特産のため、学校給食に取り入れています。

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
精白米	85	291	5.2	0.7	4	20	0.7	1.2	0	0.07	0.02	0	0.4	0
豚肉(小間切れ)	60	121	11.1	8.4	2	13	0.3	1.6	3	0.4	0.14	1	0	0.1
サラダ油	0.5	5	0	0.5	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
葉にんにく	7	2	0.2	0	2	1	0.1	0	11	0.01	0.01	4	0.2	0
長ねぎ	8	2	0.1	0	3	1	0	0	0	0	0	1	0.2	0
玉ねぎ	22	7	0.2	0	4	2	0.1	0	0	0.01	0	1	0.3	0
にんじん	12	3	0.1	0	3	1	0	0	75	0.01	0.01	0	0.3	0
こいくちしょうゆ	1.5	1	0.1	0	0	1	0	0	0	0	0	1	0	0.2
清酒	0.5	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
食塩	0.3	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0.3
こしょう	0.01	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
チキンブイオン(粉末)	0.8	2	0.1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0.3
トウバンジャン	0.03	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
片栗粉	1	3	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
水														
合計		437	17	9.6	18	39	1.2	2.8	89	0.5	0.2	8	1.4	0.9