

(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	大根カレー・飲むヨーグルト・パクパク和え・湘南ゴールドゼリー
使用した地場産食材	大根・こまつな・キャベツ・湘南ゴールドゼリー

・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)

※当日の放送原稿です。
 12月8日より神奈川県産品デーの1週間となります。神奈川県教育委員会では、県内の学校給食にできるだけ多くの地場産の食材を取り入れましょうという取り組みがあります。
 今週は、1週間毎日がパクパクあつぎ産デーとなっています。
 今日の大根カレーの大根とパクパク和えの小松菜・キャベツは地域の農家さんが育ててくださった野菜を使用しています。
 また、デザートは湘南ゴールドゼリーは、神奈川県で生まれたフルーツ「湘南ゴールド」の果汁を使用したゼリーです。

献立名から一品、作り方を紹介



作り方・調理のポイント

＜大根カレー＞

- ①サラダ油・小麦粉・カレー粉をよく炒めてルゥを作っておく。
- ②だいこんは下茹でしておく。
- ③サラダ油でにんにく、しょうがを炒める。
- ④赤ワインを加え豚肉をよく炒め、たまねぎ、にんじん、エリンギを加えさらに炒める。
- ⑤野菜に火が通ったら調味料を加え、下茹でしただいこんとカレーのルゥを加えて味を整える。

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
精白米	67	229	4.1	0.6	3	15	0.5	0.9	0	0.05	0.01	0	0.3	0
米粒麦	8	27	0.6	0.2	1	2	0.1	0.1	0	0.02	0	0	0.7	0
サラダ油	0.48	4	0	0.5	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
にんにく	0.44	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
根しょうが	0.38	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
豚肉	35.79	72	6.6	5.2	1	8	0.2	1	2	0.24	0.08	1	0	0
赤ワイン	2.3	2	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
たまねぎ	65.71	22	0.7	0.1	11	6	0.2	0.1	0	0.03	0.01	5	1	0
にんじん	14.86	5	0.1	0	4	1	0	0	107	0.01	0.01	1	0.4	0
エリンギ	7.82	2	0.2	0	0	1	0	0	0	0.01	0.02	0	0.3	0
中濃ソース	6	8	0	0	4	1	0.1	0	0	0	0	0	0.1	0.3
トマトケチャップ	5	5	0.1	0	1	1	0	0	2	0	0	0	0.1	0.2
スープストック	1	3	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0.2
塩	0.48	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0.6	0.5
だいこん	41.42	6	0.2	0	10	4	0.1	0.1	0	0.01	0	5	0	0
サラダ油	3	27	0	3	0	0	0	0	0	0	0	0	0.1	0
小麦粉	4.5	16	0.4	0.1	1	1	0	0	0	0	0	0	0	0
カレー粉	0.4	2	0.1	0	0	0	0	0	1	0	0.21	0	0.9	0
合計		431	13	9.7	36	40	1.2	2.2	112	0.4	0.3	12	4.5	1.2