

(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、麦入りごはん、飲むヨーグルト、パクパクサラダ、湘南ゴールドゼリー												
使用した地場産食材		米、大根、キャベツ												
<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>給食時間の放送で指導を実施 今日のパクパク厚木産デーです。「パクパク厚木産デー」とは、厚木市の畑でとれた野菜などを給食で使う日のことです。 今日の厚木の食材は、「大根」と「キャベツ」と、「厚木のお米」です。 『大根カレー』に入っている「大根」と『パクパクサラダ』に入っている「キャベツ」は、下荻野の畑で育ったものです。 ごはんも、厚木産の「はるみ」のお米で炊きました。 また、デザートは神奈川県で育った「湘南ゴールド」というみかんを使ったゼリーです。今日みんなの住む土地で育った食材がたくさん入っています。地元の食べもののパワーをいただきましょう。</p>														
献立名から一品、作り方を紹介														
										<p>作り方・調理のポイント <大根カレー> ①サラダ油でしょうがとにんにくを炒め香りを出す。 ②豚肉、にんじん、たまねぎの順に炒め、湯を入れる。 ③じゃがいも、大根、調味料を入れて煮込む。 ④最後に小麦粉とサラダ油とカレー粉と牛乳で作っておいたルーを入れて仕上げる。</p>				
栄養価														
材料名 (1人分)	分量 g	エネルギー	たんぱく質	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	食物繊維	食塩相当量
		kcal	g	g	mg	mg	mg	mg	μgRAE	mg	mg	mg	g	g
【苡 麦いりごはん(厚木)75g]														
厚木産米	70	239	4.3	0.6	4	16	0.6	1	0	0.06	0.01	0	0.4	0
米粒麦	5	17	0.4	0.1	1	1	0.1	0.1	0	0.01	0	0	0.4	0
水	75	0	0			0			0			0		
【飲むヨーグルト 180ml]														
飲むヨーグルト 180ml	193	122	5.6	1	251	21	8.3	0.6	8	0.06	0.25	0	1.2	0.2
【苡 大根(冬野菜)カレー]														
サラダ油	1	9	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
根しょうが	0.8	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
にんにく	0.8	1	0.1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
にんじん	15	5	0.1	0	4	2	0	0	1.8	0.01	0.01	1	0.4	0
たまねぎ	60	20	0.6	0.1	10	5	0.2	0.1	0	0.02	0.01	4	0.9	0
豚肉(肩・こま)	40	80	7.4	5.8	2	8	0.2	1.1	2	0.26	0.09	1	0	0
湯	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
じゃがいも	10	6	0.2	0	0	2	0	0	0	0	0	3	0.9	0
だいこん	35	5	0.2	0	8	4	0.1	0.1	0	0.01	0	4	0.5	0
ソテーオニオン	4	2	0.1	0	1	1	0	0	0	0	0	0	0.1	0
りんごソース	4	2	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0.1	0
トマトケチャップ 1kg	4	4	0.1	0	1	1	0	0	2	0	0	0	0.1	0.1

中濃ソース	6	8	0	0	4	1	0.1	0	0	0	0	0	0.1	0.3
スープストック	1	3	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0.2
塩	0.6	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0.6
小麦粉	5	17	0.4	0.1	1	1	0	0	0	0.01	0	0	0.1	0
サラダ油	2.6	23	0	2.6	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
カレー粉 200g	0.45	2	0.1	0.1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
調理用牛乳	5	3	0.2	0.2	6	1	0	0	2	0	0.01	0	0	0
【荻 バクバクサラダ(フレンチサラダ)】														
キャベツ	33	7	0.4	0.1	14	5	0.1	0.1	1	0.01	0.01	14	0.6	0
にんじん	5	2	0	0	1	1	0	0	36	0	0	0	0.1	0
冷凍ホールコーン	7	6	0.2	0.1	0	2	0	0	0	0.01	0	0	0.3	0
たまねぎ	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
サラダ油	1	9	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
塩	0.3	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0.3
酢	0.8	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
砂糖	0.3	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
白こしょう	0.01	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
【湘南ゴールドゼリー(県産果汁)】														
湘南ゴールドゼリー	40	34	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0.1	0
合計		627	20	13	308	72	9.7	3.1	53	0.5	0.4	27	6.3	1.7