

(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

<b>献立名</b>		ごはん(厚木産米)・牛乳・大根カレー・ハニーサラダ・湘南ゴールドゼリー												
<b>使用した地場産食材</b>		米・豚肉・キャベツ・湘南ゴールドゼリー												
<p>・献立を活用した指導方法(放送、資料配付等)</p> <p>・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>○献立を活用した指導方法(放送)</p> <p>今日の大根カレーは、毎年1回、神奈川産給食の日にしか出ない「季節限定カレー」です。大根は、神奈川でたくさん収穫できる野菜の1つです。日本にある47都道府県の中で、神奈川県は面積が5番目に狭い県。面積が狭い分、畑が少ない神奈川県ですが、収穫量の多さで全国第5位に入る野菜が2つあります。それがカレーに使っている大根とハニーサラダに使っているキャベツ。この2つの野菜は神奈川県で特に多く栽培収穫される野菜なのです。</p> <p>今日はごはんのお米も厚木で栽培された「はるみ」を使用しました。</p> <p>デザート、ゼリーの湘南ゴールドは、神奈川県生まれの果物です。神奈川県の農業技術センターというところが、12年かけて研究して湘南ゴールドを作りました。さわやかで、香りがとてもよいのが特徴です。</p>														
献立名から一品、作り方を紹介														
<p style="text-align: center;">写真</p> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px;"> <p>クロムブックで写真撮影してしまっただけ、データの貼り付けができませんでした。</p> </div>		<p><b>作り方・調理のポイント</b></p> <p>〈大根カレー〉</p> <p>①大根は1.2cmさいのめ切り、にんじんは厚めのいちょう切り、玉葱は薄いスライス、しょうがとにんにくはすりおろす。</p> <p>②小麦粉とカレー粉をバターと油で炒めてルーを作る。</p> <p>③大根はチキンブイヨンで下煮しておく。</p> <p>④肉と野菜を炒め、水を加えてアクをとりながら加熱する。</p> <p>⑤調味料を加えて煮込む。</p> <p>⑥②で作ったカレールーとぬるま湯で溶いたスキムミルクを加え、とろみがついたら下煮した大根を加える。</p> <p>【ポイント】</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・大根は味がしみ込みにくいため、チキンブイヨンで下煮してから加えた。</li> <li>・大根の存在感を引き立てるために、玉葱は薄くスライスして煮込かすように調理した。</li> </ul> <p>*神奈川産の大根の使用を予定していたが、手に入らなかった。</p>												
		<b>栄養価</b>												
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
豚肩ロース	20	47	3.4	3.8	11	4	0.1	0.5	0	0.13	0.05	0	0.0	0.1
大根	30	5	0.2	0.0	7	3	0.1	0.1	0	0.01	0.00	4	0.4	0.0
にんじん	12	5	0.1	0.0	3	1	0.0	0.0	86	0.01	0.01	1	0.3	0.0
玉葱	60	22	0.6	0.1	13	5	0.1	0.1	1	0.02	0.01	5	1.0	0.0
ベーコン短冊	2.5	4	0.5	0.2	0	1	0.0	0.1	0	0.02	0.01	0	0.0	0.0
ソテーオニオン	2	4	0.1	0.1	1	1	0.0	0.0	0	0.00	0.00	1	0.1	0.0
トマト水煮缶	7	1	0.1	0.0	1	1	0.1	0.0	3	0.00	0.00	1	0.1	0.0
にんにく	0.5	1	0.0	0.0	0	0	0.0	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.0
しょうが	0.5	0	0.0	0.0	0	0	0.0	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.0
サラダ油	1.5	14	0.0	1.5	0	0	0.0	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.0
小麦粉	5	18	0.4	0.1	1	1	0.0	0.0	0	0.01	0.00	0	0.1	0.0
バター	1.3	10	0.0	1.1	0	0	0.0	0.0	7	0.00	0.00	0	0.0	0.0
カレー粉	0.4	2	0.1	0.0	2	1	0.1	0.0	0	0.00	0.00	0	0.1	0.0
塩	0.35	0	0.0	0.0	0	0	0.0	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.3
あらびきこしょう	0.02	0	0.0	0.0	0	0	0.0	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.0

赤ワイン	2.5	2	0.0	0.0	0	0	0.0	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.0
中濃ソース	6	8	0.0	0.0	4	1	0.1	0.0	0	0.00	0.00	0	0.1	0.3
チキンブイヨン	6	4	1.0	0.0	0	0	0.0	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.0
スープの素	0.7	2	0.0	0.0	0	0	0.0	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.2
ケチャップ	3	4	0.1	0.0	1	1	0.0	0.0	2	0.00	0.00	0	0.1	0.1
しょうゆ	0.8	1	0.1	0.0	0	1	0.0	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.1
スキムミルク	2	7	0.7	0.0	22	2	0.0	0.1	0	0.01	0.03	0	0.0	0.0
合計		161	7.4	6.9	66	23	0.6	0.9	99	0.2	0.1	12	2.3	1.1