

(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 | ごはん、鶏肉の梅しそ焼き、大井町小松菜のおかか和え、わかめと油揚げのみそ汁、牛乳 |
| 使用した地場産食材 | 小田原産うめぼし |
| ・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) | |
| ・クラスに給食室から一口メモを配付 ・給食室の掲示板上に今日届いた神奈川県産の物を表示した。 | |

献立名から一品、作り方を紹介



作り方・調理のポイント

【鶏肉の梅しそ焼き】

- ①鶏肉に味をつけ、30分～40分漬け込む
 - ②スチコンで焼く コンビ 予熱230℃ 70% 20分 加熱200℃ 70%15分
 - ③温度を確認する
- ポイント:味をしみ込ませるために、30分以上漬け込むこと

| 材料名 (1人分) | 分量 g | 栄養価 | | | | | | | | | | | | | |
|--------------|---------|-------|-------|------|-------|--------|-----|-----|-------|--------|--------|-------|------|-------|--|
| | | 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 | |
| 鶏肉もも皮つき | 90 | 171 | 14.9 | 12.8 | 5 | 19 | 0.5 | 1.4 | 29 | 0.06 | 0.1 | 1 | 0 | 0.2 | |
| しそ葉 | 0.3 | 0 | 0 | 0 | 1 | 0 | 0 | 0 | 2 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | |
| 小田原産梅干し | 4 | 1 | 0 | 0 | 1 | 1 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0.1 | 0.7 | |
| 米みそ(赤) | 1.5 | 3 | 0.2 | 0.1 | 2 | 1 | 0.1 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0.1 | 0.2 | |
| 料理酒 | 1.25 | 1 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | |
| 本みりん | 0.5 | 1 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | |
| 米ぬか油 | 1 | 9 | 0 | 1 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | |
| 合計 | | 186 | 15 | 14 | 9 | 21 | 0.6 | 1.4 | 31 | 0.1 | 0.1 | 1 | 0.2 | 1.1 | |