


(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>	揚げ鯖の海老名大根みぞれだれがけ 海老名にんじん入りクープイリチー 海老名いっばいみそ汁 ご飯 牛乳
<b>使用した地場産食材</b>	鯖・豚肉・大根・にんじん・じゃがいも・白菜・長ねぎ・かぼちゃ
<ul style="list-style-type: none"> <li>・献立を活用した指導方法(放送、資料配付等)</li> <li>・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)</li> </ul>	
<ul style="list-style-type: none"> <li>・献立表、もりつけ表、給食のおたよりに記載 (使用食材の紹介、レシピ紹介、生産者の紹介)</li> <li>・放送資料配布 (使用食材の紹介・生産者の紹介)</li> </ul>	

献立名から一品、作り方を紹介

	<p><b>作り方・調理のポイント</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>①きざみ昆布は、水につけてもどしておく。</li> <li>②にんじんは、せん切りにする。</li> <li>③豚肉とにんじんを炒め、きざみ昆布を入れて調味料を入れる。</li> <li>④昆布がやわらかくなったら出来上がり。</li> </ol>
--	---

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
豚小間	10	20	1.9	1.5	0	2	0.1	0.3	1	0.07	0.02	0	0	0
にんじん	10	4	0.1	0	3	1	0	0	72	0.01	0.01	1	0.3	0
きざみ昆布	1.5	3	0.1	0	6	11	0	0	1	0	0.01	0	0.6	0.1
油	0.2	2	0	0.2	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
砂糖	2	8	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
みりん	0.5	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
酒	1	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
しょう油	2	2	0.2	0	1	1	0	0	0	0	0	0	0	0.3
合計		41	2.3	1.7	10	15	0.1	0.3	74	0.1	0	1	0.9	0.4