

(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	コッペパン 牛乳 トマトシチュー ベジタブルソテー 湘南ゴールドゼリー
使用した地場産食材	豚肉、トマト、とうもろこし、湘南ゴールド
<ul style="list-style-type: none"> ・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) 	
<ul style="list-style-type: none"> ・給食時校内放送、献立表、盛付図に資料記載 ・地産地消を扱う授業で調理の様子を写真や動画で紹介(小学校1校、中学校1校) ・献立表・ホームページにて情報提供 	

献立名から一品、作り方を紹介



作り方・調理のポイント
【ベジタブルソテー】

小松菜: たんざく切
 ちんげん菜: たんざく切
 にんじん: せん切(太め)にし、下茹でする
 綾瀬市産とうもろこし: 皮をむき洗った後、芯から実をそぐ
 (とうもろこし用ピーラーや包丁等を使用)

- ①野菜(小松菜、ちんげん菜、にんじん、とうもろこし)を切る。にんじんは下茹でする。
- ②野菜(小松菜、ちんげん菜、にんじん、とうもろこし)とベーコンを炒め、最後に調味料(白こしょう、食塩)を入れて味を調える。

材料名 (1人分)	分量 g	栄養価												
		エネルギー kcal	たんばく質 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
小松菜	20	3	0.3	0.0	34	2	0.6	0.0	52	0.02	0.03	8	0.4	0.0
ちんげん菜	20	2	0.1	0.0	20	3	0.2	0.1	34	0.01	0.01	5	0.2	0.0
ベーコン	7	27	0.9	2.7	0	1	0.0	0.1	1	0.03	0.01	0	0.0	0.1
にんじん	10	3	0.1	0.0	3	1	0.0	0.0	69	0.01	0.01	1	0.2	0.0
綾瀬市産とうもろこし	5	4	0.2	0.1	0	2	0.0	0.1	0	0.01	0.01	0	0.2	0.0
白こしょう	0.02	0	0.0	0.0	0	0	0.0	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.0
食塩	0.04	0	0.0	0.0	0	0	0.0	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.0
合計		39	1.6	2.8	57	9	0.8	0.3	156	0.1	0.1	14	1	0.1