

(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 きゅうにゅう ふわふわみそしる キャベツメンチカツ ごしきあえ
使用した地場産食材	米、牛乳、わかめ、キャベツ、きくらげ
<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"> ・給食メール(給食時に放送委員が放送) ・献立表で「かながわ産品デー」の紹介 	

献立名から一品、作り方を紹介



作り方・調理のポイント

【ごしきあえ】

- ①にんじんをせん切り、きゅうりを輪切り、きくらげを戻してからせん切り、もやしをゆでます。
- ②調味料を合わせて、加熱します。
- ③「①」「②」を合わせます。

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
とりさき身フレーク	7.5	9	2.2	0.1	0	3	0.0	0.1	0	0.01	0.01	0	0.0	0.0
にんじん	10	4	0.1	0.0	3	1	0.0	0.0	72	0.01	0.01	1	0.3	0.0
きゅうり	10	1	0.1	0.0	3	2	0.0	0.0	3	0.00	0.00	1	0.1	0.0
乾燥きくらげ	0.5	1	0.0	0.0	2	1	0.2	0.0	0	0.00	0.00	0	0.3	0.0
もやし	25	4	0.5	0.0	2	2	0.1	0.1	0	0.01	0.01	2	0.3	0.0
ごま油	2	18	0.0	2.0	0	0	0.0	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.0
しょうゆ	2	2	0.2	0.0	1	1	0.0	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.3
酢	2	1	0.0	0.0	0	0	0.0	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.0
三温糖	1	4	0.0	0.0	0	0	0.0	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.0
みりん	1.5	3	0.0	0.0	0	0	0.0	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.0
合計		47	3.1	2.1	11	10	0.3	0.2	75	0	0	4	1.0	0.3