

(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		はまポークの焼肉丼、小松菜のみそ汁、ブロッコリーのサラダ													
使用した地場産食材		米、豚肉、小松菜													
・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)		プリントを配付し食材についてやクイズを、朝の会や、給食の時間に読んでもらった。また、栄養教諭が給食の時間にクラスを巡回して話やクイズをした。													
献立名から一品、作り方を紹介		<div style="display: flex; align-items: flex-start;"> <div style="flex: 1;">  </div> <div style="flex: 2;"> <p>作り方・調理のポイント</p> <p>【やき肉どん】</p> <ol style="list-style-type: none"> ①米を炊飯する。 ②調味料を合わせ、全体の半量を牛肉に漬け込んでおく。 ③キャベツは千切りにし、蒸して、冷却しておく。 ④玉ねぎはスライス、長ねぎは斜めスライスする。 ⑤玉ねぎを炒めておく。 ⑥豚肉を炒め、長ねぎ、⑤を加え、合わせ調味料の残りを全て加え、炒める。 ⑦丼に、ご飯をよそい、③、⑥の順に盛る。 </div> </div>													
材料名 (1人分)	分量 g	栄養価													
		エネルギー kcal	たんぱく質 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	
精白米	85	303	5.2	0.8	4	20	0.7	1.2	0	0.07	0.02	0	0.4	0	
豚肉もも小間	70	90	15.5	2.5	3	18	0.6	1.5	0	0.67	0.16	1	0	0.1	
玉ねぎ	50	17	0.5	0.1	9	5	0.2	0.1	0	0.02	0.01	4	0.8	0	
長ねぎ	10	3	0.1	0	3	1	0	0	0	0	0	1	0.2	0	
油	1	9	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
にんにく	0.8	1	0.1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
しょうが	0.15	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
上白糖	4.5	18	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
食塩	0.15	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0.1	
こいくちしょうゆ	6	5	0.5	0	2	4	0.1	0.1	0	0	0.01	0	0	0.9	
みりん	1	2	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
米みそ(赤色辛みそ)	1.8	3	0.2	0.1	2	1	0.1	0	0	0	0	0	0.1	0.2	
りんごソース	15	11	0.1	0	0	1	0	0	0	0	0	0	0.3	0	
神奈川県産炒め玉ねぎ	3.5	3	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
中華だし	0.5	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0.1	
豆板醤	0.1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
ごま油	1	9	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
炒りごま	2	13	0.5	1.1	14	7	0.1	0	0	0	0	0	0.2	0	
きゃべつ	30	6	0.4	0.1	13	4	0.1	0.1	1	0.01	0.01	12	0.5	0	
合計		494	23	6.7	50	61	1.9	3	1	0.8	0.2	18	2.5	1.4	