

(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>	<b>夏野菜カレー、恵水ポークの一口カツ、すいか</b>
<b>使用した地場産食材</b>	<b>豚肉、にんにく、玉葱、茄子</b>
<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>・給食委員会による給食時の放送</li> <li>①今日の献立の説明と地場産について</li> </ul>	
<ul style="list-style-type: none"> <li>・掲示物</li> <li>②放送時の資料(一口メモ)</li> </ul>	
<ul style="list-style-type: none"> <li>・連携機関</li> <li>厚木市農協共同組合清川支所 清川あぐ里グループ</li> </ul>	

献立名から一品、作り方を紹介



作り方・調理のポイント

【夏野菜カレー】

- ①にんにく、玉葱、人参はみじん切り、他の野菜は食べやすい大きさに切る。
- ②茄子、ズッキーニは、あらかじめ素揚げしておく。
- ③豚肉、①の野菜、ホールコーンを炒め、調味料を加え、煮込む。
- ④仕上げに②の野菜を加え、煮込む。

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
米	85	291	5.2	0.8	4	20	0.7	1.2	0	0.07	0.02	0	0.4	0
豚ひき肉	30	63	5.3	5.2	2	6	0.3	0.8	3	0.21	0.07	0	0	0
にんにく	0.4	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
サラダ油	1	9	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
ホールコーン	8	7	0.2	0.1	0	2	0	0	0	0.01	0.01	0	0.4	0
玉葱	40	55	0.4	0	7	4	0.1	0.1	0	0.02	0	3	0.6	0
人参	15	22	0.1	0	4	2	0	0	108	0.01	0.01	3	0.4	0
ズッキーニ	20	3	0.3	0	5	5	0.1	0.1	5	0.01	0.01	4	0.3	0
茄子	25	5	0.3	0	5	4	0.1	0.1	2	0.01	0.01	1	0.6	0
カレールウ	18	84	1.1	5.6	8	3	0.3	0	5	0.46	0.45	0	0.5	1.6
トマトケチャップ	2	2	0	0	0	0	0	0	1	0	0	0	0	0.1
しょうゆ	1	1	0.1	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0.1
中濃ソース	1	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0.1
砂糖	2	8	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
合計		552	13	13	36	46	1.6	2.3	124	0.8	0.6	11	3.2	1.9