

(様式3)

令和2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>	高野豆腐のそぼろごはん(麦ごはん)、牛乳、塩だれキャベツ、みそ汁
<b>使用した地場産食材</b>	米、牛乳、キャベツ、大根、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)
- ・統一献立で「かながわ産品学校給食デー」を実施した。各学校で献立内容を放送したり、給食ひとくちメモや給食クイズなどを配布したりして、お知らせした。
- ・「かながわ産品学校給食デー」献立説明より  
(この日はかながわ産品学校給食デーで、米・牛乳・キャベツ・大根・小松菜は神奈川県でとれるものを使用します。みそ汁の実は季節の食品の大根と小松菜に加え、えのきたけ、油揚げを組み合わせました。)

献立名から一品、作り方を紹介



作り方・調理のポイント

【塩だれキャベツ】

- ①キャベツは短冊切りにしてゆで、水気を切って冷ます。白いりごまは炒っておく。
- ②鍋にごま油を入れて熱し、火を止める。
- ③キャベツ、白いりごま、塩を入れて混ぜる。

材料名 (1人分)	分量 g	栄養価												
		エネルギー	蛋白質	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	μgRE	mg	mg	mg	g	g
キャベツ(県内産)	47.1	9	0.5	0.1	17	6	0.1	0.1	2	0.02	0.01	16	0.7	0
ごま油	0.3	3	0	0.3	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
白いりごま	1	6	0.2	0.5	12	4	0.1	0.1	0	0	0	0	0.1	0
塩	0.25	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0.3
合計		18	0.7	0.9	29	10	0.2	0.2	2	0.02	0.01	16	0.8	0.3