

(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

献立名	麦ごはん、きのこのストロガノフ、ペッパーピクルス、いちごヨーグルト、牛乳
使用した地場産食材	米、豚肉、大根(川崎市内産)、にんじん(川崎市内産)、牛乳
<p>・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)</p> <p>&lt;配送校に配付している食育メモより&gt;          かながわ産品学校給食デーです。今日の献立の「米、牛乳」、きのこのストロガノフの「豚肉」は、神奈川県内産です。ペッパーピクルスの「大根と人参」は、川崎市内産「かわさきそだち」で、高津区、宮前区、麻生区の畑で収穫されたものです。ぜひ味わってください。</p>	

献立名から一品、作り方を紹介



作り方・調理のポイント

【ペッパーピクルス】

- ①砂糖・酢・塩・しょうゆ・粗びき黒こしょう・こしょうを煮立ててたれを作り、冷ましておく。
- ②大根は1cm幅のいちょう切り、にんじんは0.8cm幅のいちょう切り、きゅうりは1cmの小口切りにする。
- ③鍋に湯を沸かし、野菜を入れ、すぐに取り出す。
- ④①のたれに野菜をつける。

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
大根(市内産)	25	5	0.1	0	6	3	0.1	0	0	0.01	0	3	0.3	0
にんじん(市内産)	10	4	0.1	0	3	1	0	0	69	0.01	0.01	1	0.2	0
きゅうり	20	3	0.2	0	5	3	0.1	0	6	0.01	0.01	3	0.2	0
ゆで塩		0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
砂糖	2.6	10	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
酢	3.5	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
塩	0.45	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0.4
しょうゆ	0.1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
粗びき黒こしょう	0.01	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
こしょう	0.01	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
合計		23	0.4	0	14	7	0.2	0	75	0.03	0.02	7	0.7	0.4