

(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		鶏肉のレモン照り焼き												
使用した地場産食材		レモンピューレ												
・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) ・献立表で実施日をお知らせ ・ツイッター「今日の給食」で写真と献立に関するコメントを掲載 ・食堂入り口のホワイトボードに、かながわ産品給食デーとレモンピューレに関するチラシを掲示														
献立名から一品、作り方を紹介														
		作り方・調理のポイント 作り方 ①レモンピューレ、にんにく、しょうゆ、みりん、はちみつ、サラダ油をよく混ぜ、タレをつくる。 ②鶏肉にタレをぬり、オーブンで焼き上げる。 調理のポイント ・タレに油を混ぜることで、鶏肉がパサつくのを防ぎます。(スチコンの場合は不要かもしれません)												
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
鶏モモ肉 皮付き	75	153	12.5	10.7	4	16	0.5	1.2	30	0.08	0.11	2	0	0.1
レモンピューレ	1.6	1	0	0	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
しょうゆ	4	3	0.3	0	0	3	0	0	0	0	0	0	0	0.6
みりん	4	10	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
はちみつ	1.5	4	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
合計		181	13	12	4	19	0.5	1.2	30	0.1	0.1	2	0	0.7