

(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 大根カレーライス 牛乳 パクパクサラダ みかん(神奈川県産)

使用した地場産食材 牛乳(牛乳) 精白米 大根(大根カレーライス) ほうれん草 白菜(パクパクサラダ) みかん(デザート)

・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)

この日は神奈川県産品デーであるとともにパクパク厚木産デー(厚木市の食材を使う日)であったため給食時の校内放送で、「今日は厚木市で採れた野菜を使っている」ということを伝えた。

献立名から一品、作り方を紹介



作り方・調理のポイント

- 〈大根カレー〉厚木市の地場産物を使った主菜
① たまねぎは厚めのスライス、にんじんと大根は5mmのいちょう切り、にんにくはみじん切り、エリンギは縦に1/4に切り、2〜3等分に切る。
② スキムミルクは水で溶き、カレー粉、小麦粉、サラダ油は加熱しながら混ぜ合わせる。(ルウ)
③ 鍋にサラダ油と豚肉、にんにくを入れて色が変わるまで炒め、たまねぎ、にんじんを入れて炒める。
④ 中濃ソース、トマトケチャップ、赤ワイン、スープストック、しょうゆ、おからパウダー、スキムミルク、湯を入れて、あくを取りながら少し煮詰める。
⑤ 大根とエリンギを入れて煮る。
⑥ ルウを入れて溶かし、湯を足して調整しながら煮詰める。
⑦ 塩で味を整えて完成。

Table with 15 columns: Material Name (1 person), Portion (g), Energy (kcal), Protein (g), Fat (g), Calcium (mg), Magnesium (mg), Iron (mg), Zinc (mg), Vitamin A (μgRE), Vitamin B1 (mg), Vitamin B2 (mg), Vitamin C (mg), Fiber (g), Salt Equivalent (g). Rows include ingredients like white rice, wheat, salad oil, onion, pork, onion, carrot, daikon, soup stock, etc., and a total row at the bottom.