

(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		ごはん、かますの唐揚げ、野菜の梅和え、沢煮椀													
使用した地場産食材		かます、梅干し、キャベツ、きゅうり、大根													
<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>・家庭へ配布の献立表に、かながわ産品学校給食デーと記載。給食だよりもかながわ産品学校給食デーについての簡単な説明を掲載し、地場産物を使用することを各家庭に周知した。 ・当日、掲示物を活用し、かながわ産品学校給食デーの献立や当日使用した食材の産地について児童生徒、教員に周知した。 ・各クラスにかながわ産品学校給食デーについてのおたよりを配付し、各食材の産地について周知した。</p>															
献立名から一品、作り方を紹介															
写真		作り方・調理のポイント キャベツは一口大に切る。きゅうりは輪切り、大根は細切りにする。 梅干しは種を取ってフードプロセッサーにかけ、しょうゆ、みりんと合わせて加熱し、冷却する。 野菜は全て茹でて冷却し、梅ダレとあえて完成。													
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	30	7	0.4	0.1	13	4	0.1	0.1	1	0.01	0.01	6	0.5	0.0	
きゅうり	20	3	0.2	0.0	5	3	0.1	0.0	4	0.00	0.00	1	0.2	0.0	
だいこん	25	5	0.1	0.0	6	3	0.1	0.1	0	0.00	0.00	2	0.4	0.0	
梅干し	3	1	0.0	0.0	2	1	0.0	0.0	0	0.00	0.00	0	0.1	0.7	
こいくちしょうゆ	1.5	1	0.1	0.0	0	1	0.0	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.2	
本みりん	1	2	0.0	0.0	0	0	0.0	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.0	
合計		19	0.8	0.1	26	12	0.3	0.2	5	0	0	9	1.2	0.9	