

(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	フルーツヨーグルト寒川産梨のコンポート添え
使用した地場産食材	寒川産の梨
・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) 資料を配布しました。	

献立名から一品、作り方を紹介



作り方・調理のポイント

〔フルーツヨーグルト〕

- ・フルーツ缶は食缶に配食して混ぜる。
- ・プレーンヨーグルトも加えて合える。

〔梨のコンポート〕

- ・梨は皮をむいて芯を除いて一口大に切る。
- ・グラニュー糖、白ワイン、水、梨を入れて加熱し、煮立ったら弱火にして煮る。
- ・別の容器に盛り付ける。

冷却設備があれば、冷却した方がおいしい。

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
りんご缶	15	12	0	0	1	0	0	0	0	0	0	0.1	0.1	0
黄桃缶	18	15	0.1	0	1	1	0	0	3	0	0	0.3	0.3	0
パイナップル缶	16	13	0.1	0	1	1	0	0	0	0.01	0	0.1	0.1	0
みかん缶	17	11	0.1	0	1	1	0.1	0	6	0.01	0	3	0.1	0
プレーンヨーグルト	21	13	0.8	0.6	25	3	0	0.1	7	0.01	0.03	0	0	0.1
梨	17	7	0.1	0	0	1	0	0	0	0	0	1	0.1	0
グラニュー糖	4.2	16	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
白ワイン	5.5	4	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
水	10	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
合計		91	1.2	0.6	29	7	0.1	0.1	16	0	0	4.5	0.7	0.1