

(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	菜の花入りマカロニサラダ
使用した地場産食材	菜の花
<ul style="list-style-type: none"> ・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) ・給食日より、一口メモ、かながわ産品学校給食デー資料を配布。 	

献立名から一品、作り方を紹介



作り方・調理のポイント

・菜の花は少し苦みがあるので、食べやすいようにマヨネーズ味のマカロニサラダにしました。

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
菜の花	10	3	0.4	0	16	3	0.3	0.1	18	0.02	0.03	13	0.4	0
にんじん	5	2	0	0	1	1	0	0	36	0	0	0	0	0.1
マカロニ	7	27	0.9	0.1	1	4	0.1	0.1	0	0.01	0	0	0.2	0
こしょう	0.01	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
マヨネーズ(エッグケア)	10	63	0.1	6.6	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0.2
合計		95	1.4	6.7	18	8	0.4	0.2	54	0	0	13	0.6	0.3