

(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	足柄牛の牛丼 だいこんのすまし汁 みかん 牛乳
使用した地場産食材	足柄牛 だいこん みかん
<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) 	
<ul style="list-style-type: none"> ・生産者の情報を載せた「きゅうしょくニュース」の配付 	

献立名から一品、作り方を紹介



作り方・調理のポイント

- ①足柄牛に下味をつける。
- ②玉ねぎ、にんじん、ねぎを切る。
- ③②と調味料を加え、煮る。
- ④①を入れ、さっと煮る。

材料名 (1人分)	分量 g	栄養価												
		エネルギー kcal	蛋白質 g	脂質 g	カル シウム mg	鉄 mg	亜鉛 mg	ビタ ミンA μgRE	ビタ ミンB1 mg	ビタ ミンB2 mg	ビタ ミンC mg	食 塩 g	食 糖 g	
精白米	70	251	4.3	0.6	4	16	0.6	1	0	0.04	0.01	0	0.4	0.0
強化精麦	8	27	0.6	0.2	1	2	0.1	0.1	0	0.08	0.03	0	0.7	0.0
足柄牛	55	142	10.6	10.3	2	12	1.4	2.2	0	0.03	0.08	0	0.0	0.1
清酒	1.6	2	0	0	0	0	0	0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.0
液体塩麴	1.6	2	0	0	0	0	0	0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.2
玉葱	45	17	0.5	0	9	4	0.1	0.1	0	0.01	0.00	2	0.7	0.0
にんじん	10	4	0.1	0	3	1	0	0	58	0.00	0.00	0	0.3	0.0
ねぎ	5	2	0.1	0	2	1	0	0	0	0.00	0.00	0	0.1	0.0
しらたき	25	2	0.1	0	19	1	0.1	0	0	0.00	0.00	0	0.7	0.0
米ぬか油	0.5	5	0	0.5	0	0	0	0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.0
三温糖	3	11	0	0	0	0	0	0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.0
本みりん	3	7	1.4	0	0	0	0	0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.0
こいくちしょうゆ	7.5	5	0.6	0	2	5	0.1	0.1	0	0.00	0.01	0	0.0	1.1
栄養だし	0.1	0	0.1	0	2	0	0	0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.0
かたくり粉	1.2	4	0	0	0	0	0	0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.0
合計		481	18	12	44	42	2.4	3.5	58	0.2	0.1	2	2.9	1.4