

(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	たまごピラフ・牛乳・メカジキの香草焼き・わかめスープ・みかん
使用した地場産食材	米、牛乳、メカジキ、にんじん、もやし、わかめ、みかん

・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)

・給食時間にかながわ産品給食デーの献立について放送した
【放送内容】今日は、かながわ産品給食デーです。給食では、できるだけ地場産の食材を取り入れています。今日はいつもより多くの地場産のものを取り入れました。米、牛乳、メカジキ、にんじん、もやし、わかめ、みかんが神奈川県産のものです。特にみかんは、箱根町と同じ足柄下郡の中の真鶴町産のものです。なかなかお店で見ることが少なく、食べられないみかんだと思います。新鮮な地元の農水産物を味わっていただきたいと思います。

献立名から一品、作り方を紹介



作り方・調理のポイント

- ①メカジキに塩こしょうをふり、ホテルパンにならべる
- ②マヨネーズをぬり、オリーブオイルで炒めたパン粉とバジルとみじん切りにしたパセリを合わせたものを上にのせオーブンで焼く

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	マグネシウム 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	食物繊維 g	食塩相当 g
メカジキ	50	77	9.6	3.8	2	15	0.3	0.4	31	0.03	0.05	1	0	0.1
食塩	0.2	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0.2
こしょう	0.01	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
マヨネーズ	5	35	0.1	3.8	0	0	0	0	1	0	0	0	0	0.1
パン粉	3	11	0.4	0.2	1	1	0	0	0	0	0	0	0.1	0
バター	1	7	0	0.8	0	0	0	0	5	0	0	0	0	0
パセリ	0.6	0	0	0	2	0	0	0	4	0	0	0	0	0
バジル	0.03	0	0	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0
合計		130	10	8.6	6	16	0.3	0.4	41	0	0.1	1	0.1	0.4