

(様式3)

令和6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

<b>献立名</b>	<b>牛乳 かますのフライ ポイルキャベツ きんぴら</b>
<b>使用した地場産食材</b>	<b>牛乳 米飯 かます</b>

・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)

小田原で生産される食材として、かまぼこ・干物・なると・みかん・梅などが有名である。3年生では社会科・総合で地域の産業について学習するため、これらの食材や小松菜・大根・ねぎなど地元の野菜を使用した給食を提供している。  
 校内では放送や掲示物を通じて小田原産・神奈川産の食材について発信するとともに、家庭配布用献立表で小田原産・神奈川産の食材を掲載し、地産地消への興味関心を持たせている。

献立名から一品、作り方を紹介



作り方・調理のポイント

【かますのフライ】

- ①食塩、こしょう、小麦粉、おからパウダー、たまごで衣を作る。
- ②かますに①の衣、パン粉を付け、油で揚げる。
- ③中濃ソースとケチャップを火にかけ、ソースを作る。
- ④②に③のソースをかける。

材料名 (1人分)	分量 g	栄養価												
		エネルギー kcal	たんばく質 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 μgRAE	ビタミンB1 mg	ビタミンB2 mg	ビタミンC mg	食物繊維 g	食塩相当量 g
かます	45	62	8.5	3.3	18	15	0.1	0.3	6	0.01	0.06			0.1
食塩	0.15													0.1
こしょう	0.02													
小麦粉	4	14	0.3	0.1	1								0.1	
おからパウダー	1.5	5	0.3	0.2	5	2	0.1			0.01			0.7	
たまご	7	11	0.9	0.7	4	1	0.1	0.1	11		0.03			
パン粉	7	26	1	0.5	2	3	0.1	0.1		0.01			0.3	
サラダ油	6	53		6										
中濃ソース	1	1			1									
ケチャップ	2.5	3							1					
<b>合計</b>		175	11	11	31	21	0.4	0.5	18	0	0.1	0	1.1	0.2