

(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

献立名	豚肉の生姜焼き
使用した地場産食材	県産の豚肉
・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)	
朝、職員に周知し、地場産物についての資料やクイズのプリントをクラスに配付し、朝の会や給食時間で活用した。	

献立名から一品、作り方を紹介



作り方・調理のポイント

- ①豚肉ににんにく、しょうがと調味料半分を下味として漬け込む
- ②玉ねぎを油でよくいため、①の豚肉を入れて、さらに炒める。
- ③調味料の残り半分で味を整え、でんぷんでとろみをつける。

材料名 (1人分)	分量 g	栄養価												
		エネルギー kcal	たんぱく質 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
豚肉	70	120	14.4	7.1	3	17	0.5	1.4	3	0.63	0.15	1		0.1
にんにく	0.5	1												
しょうが	2	1				1								
玉ねぎ	60	20	0.6	0.1	10	5	0.2	0.1		0.02	0.01	4	0.9	
植物油	2	18		2										
しょうゆ	3.5	3	0.3		1		0.1				0.01			0.5
さとう	1	4												
酒	4.5	5												
みりん	2.5	6												
和風だし	0.5	2	0.4											0.2
でんぷん	1	3												
合計		183	16	9.2	14	23	0.8	1.5	3	0.7	0.2	5	0.9	0.8