

献立名		鶏きんぴら丼 牛乳 のっぺい汁 みかん													
使用した地場産食材		米、長ねぎ 小松菜													
・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)															
・この日を含めた週は本校では給食週間中であった。 ・米については、5年生の総合的な学習の時間で取り扱ったものである。本校の卒業生の方が学区内で米を育てているため、その方の田んぼを借りて米を育てていた。この米はその際に分けていただいたものである。 ・放送では給食週間に絡め、米のことや、その他にこの日の給食で使われている秦野市産の野菜の紹介をした。 ・家庭には、給食だよりでお知らせした。 ・栄養士がクラスを回って声掛けをした。															
献立名から一品、作り方を紹介															
		作り方・調理のポイント													
		のっぺい汁 【豚小間肉、里芋、にんじん、大根、長ねぎ、こんにゃく、ちくわ、ぶなしめじ、けずり粉、けずり節、塩、しょうゆ、酒、片栗粉、小松菜】 ① 里芋は厚いちょう切り、にんじんと大根はいちょう切り、長ねぎは小口切り、こんにゃくは短冊切り、ちくわは輪切り、小松菜は1～2cmに切り、ぶなしめじは石づきをとってほぐす。 ② 里芋は1度蒸かす。 ③ 釜に豚肉、こんにゃく、にんじん、大根、里芋、ちくわ、ねぎ、ぶなしめじの順に入れ炒める。 ④ だしを入れ、酒、塩、醤油を入れる。 ⑤ 片栗粉でとろみをつける。 ⑥ 小松菜を入れて火が通ったら完成。													
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 肩こま	20	43	3.7	2.9	1	4	0.1	0.5	1	0.13	0.05				
里芋	25	12	0.3		2	4	0.1	0.1		0.01		1	0.5		
にんじん	12	4	0.1		3	1			75	0.01	0.01	1	0.3		
大根	17	3	0.1		3	1						2	0.2		
長ねぎ	7	2	0.1		2	1						1	0.2		
こんにゃく	10	1			4								0.2		
ちくわ	5	6	0.6	0.1	1	1	0.1							0.1	
ぶなしめじ	3.5	1	0.1							0.01	0.01		0.1		
けずり粉	0.7	3	0.5		6	1	0.1	0.1			0.01				
けずり節	0.7	3	0.5		6	1	0.1	0.1			0.01				
塩	0.5													0.5	
しょうゆ	2	1	0.2		1	1								0.3	
酒	1	1													
片栗粉	1.5	5													
小松菜	11	1	0.1		16	1	0.3		24	0.01	0.01	4	0.2		
合計		86	6.3	3	45	16	0.8	0.8	100	0.2	0.1	9	1.7	0.9	