（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	厚木産米、牛乳、さばの味噌煮、けんちん汁、白菜のおひたし
使用した地場産食材	厚木産米（はるみ）、大根、白菜

・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）

・献立表、盛り付け表で市内産食材を周知。
・給食時間の放送で、市内産食材を周知。
・学校のホームページで、写真とともに紹介。

献立名から一品、作り方を紹介

作り方・調理のポイント

【けんちん汁】

①下処理
人参、じゃがいも、大根はいちょう切りにする。
ごぼうは、ささがきにする。
こまつなは2㎝幅に切り、茹でて冷却をする。
木綿豆腐は、さいのめに切る。
②木綿豆腐、こまつな以外をごま油で炒める。
③水、調味料をいれて全体に火を通す。木綿豆腐をいれる。
④小松菜をいれる。

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
ごま油	0.5	4	0	0.5	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
ごぼう	3	2	0.1	0	1	2	0	0	0	0	0	0	0.2	0
にんじん	10	4	0.1	0	3	1	0	0	72	0.01	0.01	1	0.3	0
じゃがいも	20	12	0.4	0	1	4	0.1	0	0	0.02	0.01	6	1.8	0
かつお厚削り節	1.8	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
水	100	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
だいこん	10	2	0.1	0	2	1	0	0	0	0	0	1	0.1	0
塩	0.27	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0.3
本みりん	1	2	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
しょうゆ	3	2	0.2	0	1	2	0.1	0	0	0	0.01	0	0	0.4
つきこんにゃく	10	1	0	0	4	0	0	0	0	0	0	0	0.2	0
木綿豆腐	20	15	1.4	1	19	11	0.3	0.1	0	0.02	0.01	0	0.2	0
こまつな	8	1	0.1	0	14	1	0.2	0	21	0.01	0.01	3	0.2	0
合計		45	2.4	1.5	45	22	0.7	0.1	93	0.1	0.1	11	3	0.7