

(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		ざまりん給食(巻きずし、牛乳、魚のごま揚げ、さつま芋汁、みかん)													
使用した地場産食材		市内産:米、さつまいも、小松菜、ねぎ、味噌、豆腐、油揚げ 県産:手巻きのり、大根葉、牛乳、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)															
・市制施行50周年時に考案した座間市産の食材をたくさん使った「ざまりん給食」を座間市のことを知り、郷土愛を育むためにも引き続き提供した。															
・ざまりん給食についての資料を作成し、クラスへ配付した。															
・ざまりん給食への思い、米の成長の様子などをまとめた「ざまりん給食」についての動画を作成、給食時間中に視聴した。															
・市内豆腐屋に協力していただき、市内産の津久井在来大豆を使用した「豆腐・油揚げ」を今年初めて給食へ使用した。															
献立名から一品、作り方を紹介															
		作り方・調理のポイント													
		【巻きずし】 ①にんじんは千切り、ごぼうはさがき、しらたきは5cm幅に切り下茹でする。かんぴょうといいたけ、大根葉は水で戻す。 ②鍋ににんじん、ごぼう、しらたき、かんぴょうの順に入れ、調味料を入れ煮る。大根葉を入れ、さっと火を通す。 ③甘酢を作る。 ④炊けたご飯に甘酢を混ぜ、さらに②の具、たくあんを加えて混ぜる。 食べる際に手巻きのりに巻いて、セルフ巻きずしにして食べました。													
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
米	60	205	3.7	0.5	3	14	0.5	0.8	0	0.05	0.01	0	0.3		
麦	9	31	0.6	0.2	2	2	0.1	0.1	0	0.13	0.05	0	0.8		
穀物酢	6.6	2	0	0	0	0	0	0	0	0	0.06	0	0		
砂糖	5.6	22	0	0	3	1	0	0	0	0	0	0	0		
塩	0.13	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0		
にんじん	10	3	0.1	0	3	1	0	0	69	0.01	0.01	1	0.2		
ごぼう	8	5	0.1	0	4	4	0.1	0.1	0	0	0	0	0.5		
油揚げ	7	28	1.8	2.6	23	11	0.2	0.2	0	0	0	0	0.1		
刻みかんぴょう	1	3	0.1	0	3	1	0	0	0	0	0	0	0.3		
しいたけ(乾燥)	0.6	2	0.1	0	0	1	0	0	0	0	0.01	0	0.3		
大根葉(乾燥)	1.5	4	0.2	0	11	2	0.1	0	0	0	0.01	1	0.2		
しらたき	8	1	0	0	6	6	0	0	0	0	0	0	0.2		
うす口しょうゆ	1.5	1	0.1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0		
砂糖	2	8	0	0	1	1	0	0	0	0	0	0	0		
塩	0.2	0	0	0	1	1	0	0	0	0	0	0	0		
刻みたくあん	5	4	0.1	0	1	0	0	0	0	0.01	0	0	0		
手巻きのり	2.8	5	1.2	0.1	1	8	0.3	0.1	64	0.02	0.07	6	1		
合計		324	8.1	3.4	62	53	1.3	1.3	133	0.2	0.2	8	3.9	0	