

献立名		彩り大根サラダ													
使用した地場産食材		青首大根、紅くるり、紅心大根、天津青長、紫師舞（大根5種）													
・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）															
保健食育班のグループリーダーが、事前に三浦初声高校の農園と収穫祭を取材した。まとめたものを校内掲示と教材サーバーでの共有により周知した。 当日は別紙給食メモをクラスに配付し、給食時に読み上げるなどして紹介した。 給食メモ「うまっソヨ」12/4 <食育の視点> みうらはっせこうこうさん だいこん なめし つく 三浦初声高校産の大根で、サラダと菜飯を作りました。 <青首大根> 葉の延くはやや緑 白いところ（軸と根）は サラダに <紅くるり> 切り口は赤い <紅心大根> 切り口は赤い ふちは緑 <天津青長> 切り口は緑、 まで食べるのにおいている <紫師舞> 中心とふちは 紫															
献立名から一品、作り方を紹介															
		作り方・調理のポイント 白いものを上段にして、スチームコンベクションで蒸す。 三浦初声高校農産物生産の担当教諭より、種類によって仕上がりが異なることを聞き、加熱時間や厚みを調整した。													
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
白大根		30	5	0.2		6	7	0.1	0.1		0.01		4	0.4	
色大根		40	8	0.4		8	4						4	0.4	
穀物酢		2	1												
米サラダ油		4	36		4										
食塩		0.4													0.4
こしょう		0.02													
上白糖		0.8	3												
合計			53	0.6	4	14	11	0.1	0.1	0	0	0	8	0.8	0.4