

(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	足柄茶揚げパン 牛乳 ポークビーンズ ジャコとキャベツの炒め物
使用した地場産食材	足柄茶 牛乳 たまねぎ 大豆 キャベツ

・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)

保護者参加の給食試食会の実施に合わせ、神奈川県産の足柄茶・野菜・大豆を使用した献立を実施した。

当日は、資料と口頭による地場産物の説明、また各クラスにも地場産物についての放送を流し、興味関心を高めた。

献立名から一品、作り方を紹介



作り方・調理のポイント

＜ポークビーンズ＞

- ①玉ねぎ・人参を1cm角に切り、大豆は茹でておく。
- ②鍋にオリーブオイル・みじん切りにしたにんにくを入れて火にかける。香りがたったら①の玉ねぎ・人参を加えて炒める。
- ③豚肉を加えて炒め、肉の色が変わったら水・砂糖・コンソメ・トマトピューレ・ケチャップ・ウスターソースを加えて強火で煮る。
煮立ったら中火にし、5分ほど煮る。
- ④じゃがいも・大豆を加えてさらに10分ほど煮て、塩・こしょう・粉チーズで味をととのえて完成。

栄養価

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
オリーブオイル	0.5	4	0	0.5	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
にんにく	0.3	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
豚肉	50	86	10.3	5.1	2	12	0.4	1	5	0.45	0.11	1	0	0.1
人参	20	7	0.1	0	6	2	0	0	130	0.01	0.01	1	0.6	0
たまねぎ	40	13	0.4	0	7	4	0.1	0.1	0	0.02	0	3	0.6	0
じゃがいも	50	30	0.9	0.1	2	10	0.2	0.1	0	0.05	0.02	14	4.5	0
水	50	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
コンソメ	0.5	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
トマトピューレ	15	7	0.3	0	3	4	0.1	0	8	0.01	0.01	2	0.3	0
ケチャップ	10	11	0.2	0	2	2	0.1	0	4	0.01	0	1	0.2	0.3
ウスターソース	1.5	2	0	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0.1
砂糖	0.5	2	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
食塩	0.1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0.1
こしょう	0.04	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
大豆(乾物)	20	74	6.8	3.9	36	44	1.4	0.6	0	0.14	0.05	1	4.3	0
粉チーズ	0.8	4	0.4	0.2	10	0	0	0.1	2	0	0.01	0	0	0
合計		241	19	9.8	69	78	2.3	1.9	149	0.7	0.2	23	11	0.6