

(様式3)

令和3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	お赤飯・牛乳・里芋と豚肉の揚げ煮・かきたま汁・ゆずゼリー
使用した地場産食材	精白米、牛乳、さといも、豚肉、鶏卵、、こまつな、ゆず果汁
<p>・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)</p> <p>給食日より、当日使用する県内産食材の情報等を周知した。 給食時間に地場産物を活用した献立内容について放送を行った。 学校ホームページで地場産物の食材について紹介した。</p>	

献立名から一品、作り方を紹介



作り方・調理のポイント

【里芋と豚肉の揚げ煮】

- ①さといもは乱切りにし、スチームにかける。薄くでんぷんをまぶし、油で揚げる。(温度確認)
- ②豚肉にすりおろしたしょうがとしょうゆ、酒で下味をつけておく。でんぷんをまぶし、油で揚げる。(温度確認)
- ③水を沸騰させ、砂糖、しょうゆ、酢を加え、温度確認。揚げたさといもと豚肉を和える。

材料名 (1人分)	分量 g	栄養価												
		エネルギー	蛋白質	脂質	カルシウム	マグネシウム	鉄	亜鉛	ビタミンA	ビタミンB1	ビタミンB2	ビタミンC	食物繊維	食塩相当
		kcal	g	g	mg	mg	mg	mg	μgRE	mg	mg	mg	g	g
・さといも	45	26	0.7	0.0	5	9	0.2	0.1	0	0.01	0.01	1	1.0	0.0
・でんぷん	2	7	0.0	0.0	0	0	0.0	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.0
・豚もも角切り	25	46	5.1	2.6	1	6	0.5	0.5	1	0.04	0.04	0	0.0	0.0
・古根しょうが	0.5	0	0.0	0.0	0	0	0.0	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.0
・しょうゆ	0.7	0	0.1	0.0	0	0	0.0	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.1
・清酒	0.3	0	0.0	0.0	0	0	0.0	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.0
・でんぷん	3	10	0.0	0.0	0	0	0.0	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.0
・白絞油	3	28	0.0	3.0	0	0	0.0	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.0
・上白糖	1.2	5	0.0	0.0	0	0	0.0	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.0
・しょうゆ	2	1	0.2	0.0	1	1	0.0	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.3
・酢	1	0	0.0	0.0	0	0	0.0	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.0
・水	2	0	0.0	0.0	0	0	0.0	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.0
合計		123	6.1	5.6	7	16	0.7	0.6	1	0.1	0.1	1	1	0.4