

(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		かながわサラダ													
使用した地場産食材		キャベツ、青首大根、レディサラダ大根													
<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>事前に献立表にて実施することを周知した。当日は食堂前に県産食材に関するお便りを掲示し、かながわ産品学校給食デーの意味等を児童生徒に伝えた。</p>															
献立名から一品、作り方を紹介															
								作り方・調理のポイント							
<ul style="list-style-type: none"><li>・三温糖、酢、濃口しょうゆを鍋に入れて加熱する。</li><li>・キャベツ、人参、青首大根、レディサラダ大根はすべて短冊切りにする。レディサラダ大根は皮ごと切る。</li><li>・キャベツ、人参、青首大根、レディサラダ大根をゆで、水気をきる。</li><li>・調味料類と野菜類をあえる。</li></ul>															
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	
キャベツ	45	10	0.6	0.1	19	6	0.1	0.1	2	0.02	0.01	18	0.8	0.1	
人参	10	4	0.1	0	3	1	0	0	69	0.01	0.01	1	0.2	0	
青首大根	15	3	0.1	0	3	2	0	0	0	0	0	2	0.2	0.1	
レディサラダ大根	15	3	0.1	0	3	2	0	0	0	0	0	2	0.2	0	
穀物酢	8	2	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
三温糖	4.7	18	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
濃口しょうゆ	0.7	0	0.1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0.1	
合計		40	1	0.1	28	11	0.1	0.1	71	0	0	23	1.4	0.3	