

(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		冬瓜のスープ													
使用した地場産食材		三浦産 冬瓜・平塚産 小松菜・茅ヶ崎産 玉ねぎ													
<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)            かながわ産品デーとして三浦市産の冬瓜の資料を給食時に資料として配付した。</p>															
<p>献立名から一品、作り方を紹介</p>															
<div style="display: flex; align-items: flex-start;"> <div style="flex: 1;">  </div> <div style="flex: 2; padding-left: 10px;"> <p><b>作り方・調理のポイント</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>①薄切りにした玉ねぎ・人参・セロリを炒める。</li> <li>②水を計量して入れ、コンソメを入れる</li> <li>③厚めの銀杏切りの冬瓜を入れ、柔らかくなったら、調味料を入れる。</li> <li>④小松菜を入れる。</li> </ol> </div> </div>															
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	
冬瓜	60	10	0.3	0.1	11	4	0.1	0.1	0	0.01	0.01	23	0.8	1	
玉葱	30	11	0.3	0.0	6	3	0.1	0.1	0	0.01	0	2	0.5	1	
にんじん	10	4	0.1	0.0	3	1	0	0	69	0.01	0.01	1	0.2	3	
セロリー	10	2	0	0.0	4	1	0	0	0	0	0	1	0.2	3	
こまつな	10	1	0.2	0.0	17	1	0.3	0	26	0.01	0.01	4	0.2	2	
コンソメ	0.5	1	0	0.0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	85	
食塩	0.2	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	78	
こしょう	0.01	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
植物油	1	9	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
合計		38	0.90	1.1	41	10	0.50	0.2	95	0.04	0.03	31	1.9	173	

食塩相当量 0.44