

(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	弥一芋カレー
使用した地場産食材	弥一芋 はるみ(お米)
<ul style="list-style-type: none"> ・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) ・生産者の情報を載せた「給食ニュース」の配付と放送でのお知らせ ・弥一芋の実物展示や畑の写真の掲示 ・生産者の畑を実際に訪問し、その様子や生産者の声を載せた動画配信 	



作り方・調理のポイント

- ①玉葱、人参、大根、弥一芋は皮をむき、いちょう切りにする。
- ②油、おろししょうが、おろしにんにくを入れ、香りがたつまで炒める。
- ③豚肉を加え、炒める。
- ④玉葱、にんじん、だいこん、弥一芋を加えて炒め、煮る。
- ⑤調味料を加え、煮る。
- ⑥最後にグリーンピースを加えて完成。

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 μgRE	ビタミンB1 mg	ビタミンB2 mg	ビタミンC mg	食塩相当量 g	食塩相当量 g	
はるみ(お米)	80	274	4.9	0.7	4	18	0.6	1.1	0	0.06	0.02	0	0.4	0	
豚肉	30	51	6.1	3.1	1	7	0.2	0.6	1	0.27	0.06	0	0	0	
玉葱	70	23	0.7	0.1	12	6	0.2	0.1	0	0.03	0.01	5	1	0	
にんじん	15	5	0.1	0	4	1	0	0	107	0.01	0.01	1	0.4	0	
だいこん	15	2	0.1	0	4	2	0	0	0	0	0	2	0.2	0	
弥一芋	30	16	0.5	0	3	6	0.2	0.1	0	0.02	0.01	2	0.7	0	
グリーンピース	7	6	0.5	0	2	3	0.1	0.1	3	0.03	0.01	2	0.6	0	
米ぬか油	1	8	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
おろししょうが	0.5	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	0	0	
おろしにんにく	0.5	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
カレー粉	0.2	1	0	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
チキンブイヨン缶	3	0	0.1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
はちみつ	2.3	8	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
トマトケチャップ	6.5	7	0.1	0	1	1	0	0	3	0	0	1	0.1	0.2	
中濃ソース	2	3	0	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0.1	
豆乳	6.5	3	0.2	0.1	1	2	0.1	0	0	0	0	0	0	0	
A-labelカレールウ甘口	15	54	0.7	1.8	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1.7	
こいくちしょうゆ	3	2	0.2	0	1	2	0.1	0	0	0	0.01	0	0	0.4	
合計		464	14	6.8	35	48	1.5	2	114	0.4	0.1	14	3.4	2.4	