


(様式3)

令和5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

<b>献立名</b>	<b>ごはん 牛乳 ぶりのたつた揚げ 甘酢炒め 雑煮</b>
<b>使用した地場産食材</b>	<b>米 牛乳 大根 小松菜</b>
<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>・統一献立で「かながわ産品学校給食デー」を実施しました。                  ・各学校で献立内容を放送したり、給食のねらいやひとくちメモ、給食クイズなどを配布したりして、お知らせしています。                  ・「かながわ産品学校給食デー」給食ひとくちメモより                  今日、かながわ産品学校給食デーで、米・牛乳・大根・小松菜が神奈川県産です。地域で生産された食材を使うことを「地産地消」と言います。新鮮でおいしい、安全・安心、環境に優しい、地域を応援できるなどの良さがあります。</p>	

献立名から一品、作り方を紹介

	<p><b>作り方・調理のポイント</b></p> <p><b>【甘酢炒め】</b>                  &lt;作り方&gt;                  ①大根・にんじんは拍子木切りにして、下茹でしておく。                  ②ごま油を熱し、大根・にんじんの順に炒める。                  ③調味料を8割ほど入れる。                  ④残りの調味料を加え、味がしみたら完成。</p> <p>&lt;調理のポイント&gt;                  初めから調味料をすべて入れずに、野菜の固さや味を確認しながら調整する。</p>
--	--

材料名 (1人分)	分量 g	栄養価												
		エネルギー kcal	たんばく質 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
ごま油	0.5	5	0	0.5	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
大根	30	5	0.1	0	7	3	0.1	0	0	0.01	0	3	0.4	0
にんじん	10	4	0.1	0	3	1	0	0	69	0.01	0.01	1	0.2	0
ゆで塩		0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
砂糖	0.8	3	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
塩	0.1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0.1
しょうゆ	2	2	0.2	0	1	1	0	0	0	0	0	0	0	0.3
酢	1.5	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
合計		19	0.4	0.5	11	5	0.1	0	69	0.02	0.01	4	0.6	0.4