

(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

献立名	【ふじさわランチ】ごはん・豚肉と野菜の煮物・地魚団子汁・牛乳
使用した地場産食材	米・大豆（藤沢市内産）・地魚団子（藤沢産の未利用魚をつかった団子）
<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） 	
<p>藤沢市では子どもたちへの魚食の普及やSDGsの観点から、藤沢の片瀬漁港で水揚げされている未利用魚を給食で提供できないか検討してきた。今回、ブリの幼魚のワカシをつかったつみれ団子を市内9校で給食に使用できることになった。本校では地魚団子汁として給食で提供した。事前に、未利用魚ってなに？とワカシについての掲示資料を作成し掲示し、教職員には打ち合わせで献立の趣旨や未利用魚についての説明を行い、学年にあった指導をお願いした。当日は出世魚の説明資料を持参してクラスをまわって指導を行った。子どもたちからは身近な江ノ島近辺でとれた未利用魚を使っているということで、しっかりと話を聞いて理解してくれていた。給食もよく、おいしいという声が多く残食もほとんどなかった。</p>	

献立名から一品、作り方を紹介

	<p>作り方・調理のポイント</p> <p>〈地魚団子汁〉</p> <ol style="list-style-type: none"> 1、ごぼうは輪切り、にんじん・大根はいちょう切り、豆腐はさいの目切りにする。 2、煮立たせただし汁に地魚団子・野菜を加えて煮る。 3、豆腐を加えて煮立ったら、みそを加える。
--	--

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
地魚団子	30	57	4	3	5	8	0.4	0.2	9	0.05	0.07	0	0.3	0.3
ごぼう	10	6	0.2	0	5	5	0.1	0.1	0	0.01	0	0	0.6	0
にんじん	10	3	0.1	0	3	1	0	0	69	0.01	0	1	0.2	0
だいこん	20	3	0.1	0	5	2	0	0	0	0	0	2	0.3	0
絹ごし豆腐	20	11	1	0.7	15	10	0.2	0.1	0	0.02	0.01	0	0.2	0
赤味噌	4	7	0.5	0.2	5	3	0.2	0.1	0	0	0	0	0.2	0.5
白味噌	4	7	0.5	0.2	4	3	0.2	0	0	0	0	0	0.2	0.5
さばけずり節	4													
水分	120													
合計		94	6.4	4.1	42	32	1.1	0.5	78	0.09	0.08	3	2	1.3