

(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	このしろナゲット
使用した地場産食材	このしろ(県内産)夏みかん(葉山産*無農薬)
<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) 	
<ul style="list-style-type: none"> ・献立を活用した指導方法(お昼の校内放送・給食メモ配付) ・給食だよりにて家庭への周知 ・夏みかん現物を各クラスへ配付 (夏みかんは葉山夏みかんプロジェクトの皆さんから無償提供されたものを使用。) 	

献立名から一品、作り方を紹介

	<p style="text-align: center;">作り方・調理のポイント</p> <ol style="list-style-type: none"> ①野菜を洗いまじん切りにする。(夏みかんはくだもの扱いで洗浄) ②このしろを解凍しスパイスや、調味料を加えて成形する。 ③夏みかんを絞る。 ④③を揚げる。 ⑤フライパットに並べたナゲットに③をかける。 <p>*クラスに、夏みかん果汁を配り、お好みで香りを楽しみながらナゲットにかける。</p>
--	--

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
このしろ	60	88	11.4	5	114	16	0.8	0.4			0.1			0.2
塩	0.2													0.2
クミン	0.04													
パプリカ	0.04													
にんにく	0.2													
しょうが	0.4													
米粉	5	18		0.3		1		0.1						
夏みかん果汁	0.4	1		0.3										
米油	5	46		5										
合計		153	11	11	114	17	0.8	0.5	0	0	0.1	0	0	0.4