

(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	綾瀬産高座豚のポークシチュー あやっこりーサラダ
使用した地場産食材	綾瀬産高座豚 ブロッコリー
<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"> ・給食時校内放送、献立表、盛付図に資料記載 ・有限会社ブライトピックより、綾瀬産高座豚の寄贈 献立表・ホームページにて情報提供 	

献立名から一品、作り方を紹介



作り方・調理のポイント

- ・綾瀬産高座豚:スライス
- ・にんじん:さいのめ小
- ・たまねぎ:たんざく
- ・じゃがいも:さいのめ大

- ①油で綾瀬産高座豚を炒める。赤ワインを加える
- ②にんじん、たまねぎ、じゃがいもを入れて火が通るまで煮る
- ③ハヤシルー・デミグラスソース・粉チーズを加える
- ④湯で溶いた脱脂粉乳を加え、煮立てる

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
米サラダ油	0.2	2	0.0	0.2	0	0	0.0	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.0
綾瀬産高座豚	45	98	7.9	6.8	2	9	0.6	1.1	9	0.35	0.13	1	0.0	0.0
赤ワイン	3	2	0.0	0.0	0	0	0.0	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.0
にんじん	15	5	0.1	0.0	4	1	0.0	0.0	104	0.01	0.01	1	0.4	0.0
たまねぎ	30	10	0.3	0.0	5	3	0.1	0.1	0	0.01	0.00	2	0.5	0.0
じゃがいも	20	12	0.4	0.0	1	4	0.1	0.0	0	0.02	0.01	6	1.8	0.0
水	130	0	0.0	0.0	0	0	0.0	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.0
ハヤシルー	15	73	1.2	4.1	0	0	0.0	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	1.2
デミグラスソース	5	5	0.1	0.2	0	0	0.0	0.0	4	0.00	0.00	0	0.0	0
粉チーズ	2	7	0.4	0.1	14	1	0.0	0.1	1	0.00	0.26	0	0.0	0.1
脱脂粉乳	2	7	0.7	0.0	22	2	0.0	0.1	0	0.01	0.03	0	0.0	0
合計		221	11	11	48	20	0.8	1.4	118	0.4	0.4	10	2.7	1.3