

(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	ごはん、牛乳、ちゃんぽんスープ、麻婆大根、デザート
使用した地場産食材	県産(牛乳、きくらげ、アイス) 愛川町産(お米、大根、白菜、にんじん、ねぎ)
<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>愛川町では、毎月1回「愛川パクパクデー」として愛川町産の食材を多く使用する日があります。また、12月には、2週間「かながわ産品学校給食デー」を設け、神奈川県産や愛川町産の食材を児童に紹介しています。</p> <p>給食の提供当日には、愛川町の栄養教諭が作成した食育資料を各学校で活用し、各クラスに配付したり校内放送をしたりしました。献立表や給食だより、食育だより等で保護者にもお知らせをしています。</p>	

献立名から一品、作り方を紹介



作り方・調理のポイント

【麻婆大根】

- ①大根は1.5～2cm程度の角切りにし、さっと下茹でをしておく。
- ②にんじん、ねぎは粗みじんに切り、にんにくはすりおろす。
- ③釜にごま油を熱し、にんにくを入れて香りを出したらひき肉を炒める。
- ④にんじん、ねぎ、刻み大豆も入れて良く炒め、水(鶏ガラだし)を入れて煮る。
- ⑤片栗粉以外の調味料と下茹でした大根を入れて少し煮、味がしみたら水溶き片栗粉でとろみをつける。

材料名 (1人分)	分量 g	栄養価												
		エネルギー	たんぱく質	脂質	カルシウム	マグネシウム	鉄	亜鉛	ビタミンA	ビタミンB1	ビタミンB2	ビタミンC	食物繊維	食塩相当量
		kcal	g	g	mg	mg	mg	mg	μgRAE	mg	mg	mg	g	g
だいこん	55	8	0.3	0.1	13	6	0.1	0.1	0	0.01	0	3	0.8	0
鶏ひき肉	25	43	4.4	3	2	6	0.2	0.3	7	0.02	0.03	0	0	0
にんじん	15	5	0.1	0	4	2	0	0	86	0.01	0.01	0	0.4	0
にんにく	0.5	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
ねぎ	10	4	0.1	0	4	1	0	0	1	0	0	1	0.3	0
刻み大豆	15	27	2.4	1.4	11	17	0.3	0.3	0	0.02	0.01	0	1.1	0
ごま油	1	9	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
酒	0.5	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
砂糖	1	4	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
しょうゆ	5	4	0.4	0	1	3	0.1	0	0	0	0.01	0	0	0.7
片栗粉	0.4	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
豆板醤	0.1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
水又は鶏ガラだし	10	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
合計		107	7.7	5.5	35	35	0.7	0.7	94	0.06	0.06	4	2.6	0.7