

(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		夏野菜カレー												
使用した地場産食材		豚肉・じゃが芋・玉葱・ズッキーニ・いんげん												
<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>給食委員会による給食時の放送                      ①今日の献立の説明と地場産について</p> <p>・掲示物                      ①放送時の資料(一口メモ)</p> <p>・連携機関                      厚木市農協共同組合清川支所 清川あぐ里グループ</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>①にんにくはみじん切り、他の野菜は食べやすい大きさに切る。                      ②ズッキーニ、いんげんは、あらかじめ素揚げしておく。                      ③肉、②以外の①の野菜を炒め、煮込み、調味料を加える。                      ④配食間に②の野菜を加える。</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
米	90	309	5.5	0.8	5	21	0.7	1.3	0	0.07	0.02	0	0.5	0
鶏むね角切り	30	40	6.4	1.8	1	8	0.1	0.2	5	0.03	0.03	1	0	0
米サラダ油	1	9	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
にんにく	0.4	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
じゃが芋	50	30	0.9	0.1	2	10	0.2	0.1	0	0.05	0.02	14	4.5	0
玉葱	50	17	0.5	0.1	9	5	0.2	0.1	0	0.02	0.01	4	0.8	0
人参	15	5	0.1	0	4	2	0	0	108	0.01	0.01	1	0.4	0
ズッキーニ	20	3	0	0	5	5	0.1	0.1	5	0.01	0.01	4	0.3	0
いんげん	10	10	0.2	0	4	2	0	0	4	0	0.02	0	0.1	0
カレールウ	18	96	1.4	6.6	12	5	0.5	0.1	7	0.69	0.67	0	0.8	1.6
トマトケチャップ	2	9	0	0	0	0	0	0	1	0	0	0	0	0.1
しょうゆ	1	1	0.1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0.1
中濃ソース	1	1	0	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0.1
合計		530	15	10	43	58	1.8	1.9	130	0.9	0.8	24	7.4	1.9