

(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

<b>献立名</b>	<b>スクール箱根丼 牛乳 野菜のみそ汁 もやしとわかめの炒め物</b>
<b>使用した地場産食材</b>	<b>米 わかさぎ 牛乳 わかめ</b>
<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>保護者参加の給食試食会の実施に合わせ、町内産のわかさぎを使用した献立を実施した。当日は、資料と口頭による地場産物の説明、また各クラスにも地場産物についての放送を流し、興味関心を高めた。</p>	

献立名から一品、作り方を紹介



**作り方・調理のポイント**

- ①米は洗米し、炊く。
- ②たまねぎはスライス、人参、ピーマンは千切りにする。
- ③わかさぎ、②、薄力粉、水(分量外)をませあわせ、かき揚げをつくる。
- ④160度の油で、揚げる。
- ⑤しょうゆ、日本酒、砂糖を鍋で加熱し、タレをつくる。
- ⑥揚げあがったかき揚げを、⑤のタレにくらせて、ご飯の上に盛り付けて出来上がり。

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	70	251	4.3	0.6	4	17	0.6	1.1	0	0.06	0.01	0	0.4	0
わかさぎ	10	8	1.4	0.2	45	2	0.1	0.2	10	0	0.01	0	0	0.1
薄力粉	7	26	0.6	0.1	1	1	0	0	0	0.01	0	0	0.2	0
玉ねぎ	25	9	0.3	0	5	2	0.1	0	0	0.01	0	2	0.4	0
人参	15	6	0.1	0	4	1	0	0	108	0.01	0.01	1	0.4	0
ピーマン	5	1	0	0	1	1	0	0	2	0	0	4	0.1	0
大豆油	5	46	0	5	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
日本酒	1	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
上白糖	3	12	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
合計		364	7.1	5.9	61	27	0.9	1.3	120	0.1	0	7	1.5	0.8