

(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>ごはん 牛乳 味噌カツ ゆでキャベツ けんちん汁</b>
<b>使用した地場産食材</b>	<b>精白米 牛乳 豚ひれ肉 キャベツ 大根 里芋 こまつな</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>・献立を活用した指導方法(放送、資料配付等)</li> <li>・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)</li> </ul>	
<ul style="list-style-type: none"> <li>・郷土料理週間に愛知県名古屋名物の味噌カツを提供。 県産品週間も合わせ、神奈川県産の食材をできるだけ多く使用した給食を実施することを知らせ、当日パクパク通信を配付し、各クラスで話題にしてもらった。</li> </ul>	

献立名から一品、作り方を紹介



作り方・調理のポイント

- ①豚ヒレ肉に塩こしょうで下味をつける。
- ②八丁味噌、上白糖、みりん、しょうゆ、水を鍋に入れ加熱する。
- ③小麦粉と豆乳を合わせ、バター液を作る。
- ④豚ヒレ肉をバター液にくぐらせた後、パン粉をまぶし、180℃の油で揚げる。
- ⑤温度確認後、配食して、②の味噌だれを上からかける。

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
豚肉(ヒレ)	90	106	20	3.3	3	24	0.8	2	3	1.19	0.225	1	0	0.1
食塩	0.3	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0.3
こしょう(混合)	0.03	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
小麦粉(薄力粉)	8	28	0.7	0.1	2	1	0	0	0	0.01	0.002	0	0.2	0
豆乳(無調整)	8	4	0.3	0.2	1	2	0.1	0	0	0	0.002	0	0	0
パン粉(乾燥)	7	26	1	0.5	2	3	0.1	0.1	0	0.01	0.002	0	0.3	0.1
植物油(米)	7	62	0	7	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
白味噌	7	13	0.9	0.4	7	5	0.3	0.1	0	0	0.007	0	0.3	0.9
上白糖	3.5	14	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
みりん	2.3	6	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
しょうゆ(濃口)	1.2	1	0.1	0	0	1	0	0	0	0	0.002	0	0	0
水	2.4	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0.2
合計		260	23	12	15	36	1.3	2.2	3	1.2	0.2	1	0.8	1.6