

(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	ロールパン、ミートローフ、切干大根のごまドレサラダ、さつまいもポターージュ、牛乳
使用した地場産食材	豚ひき肉、切干大根、ひじき、さつまいも、さつまいもピューレ
<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>・ぱくぱくだより(毎日配付している本日の給食に関する食育メモ)で紹介した。                  ・ポターージュには、高等部が収穫したさつまいもを使用した。生徒が収穫から納品まで行った。</p>	

献立名から一品、作り方を紹介



作り方・調理のポイント

【さつまいものピューレ】

- ①さつまいもは1cm角切り、玉葱はみじん切りにする。
- ②①のさつまいも、玉葱はスチコンで下加熱しておく。
- ③バター、薄力粉、低脂肪乳でホワイトルウを作る。
- ④バターで玉葱を炒め、水、低脂肪乳、さつまいもピューレ、白いんげん豆ピューレを入れて煮る。
- ⑤ホワイトルウ、食塩、コンソメ、ブイオンを加え、とろみがついたらさつまいもを入れる。
- ⑥味を調べ、パセリを散らして完成。

★さつまいもはスチコンで加熱しておくことで、煮崩れにくく、甘みを引き出すことができます。

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
さつまいも	40	50	0.5	0.1	14	10	0.2	0.1	1	0.04	0.02	12	0.9	0
玉葱	15	5	0.2	0	3	1	0	0	0	0.01	0	1	0.2	0
バター(炒め)	1	7	0	0.9	0	0	0	0	8	0	0	0	0	0
バター(ルウ)	2	14	0	1.7	0	0	0	0	16	0	0	0	0	0
薄力粉	2	7	0.2	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0.1	0
低脂肪乳	60	25	2.3	0.6	78	8	0.1	0.1	8	0.02	0.11	0	0	0.1
水	60	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
さつまいもピューレ	40	50	0.5	0.1	14	10	0.2	0.1	1	0.04	0.02	12	0.9	0
白いんげん豆ピューレ	20	25	1.4	0.2	8	9	0.3	0.2	0	0.04	0.01	0	2	0
食塩	0.4	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0.4
コンソメ	2	7	0.2	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0.2
チキンブイオン	0.5	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0.2
パセリ	0.05	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
合計		191	5.3	3.6	117	38	0.8	0.5	34	0.2	0.2	25	4.1	0.9