

(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		めかじきのピザ風													
使用した地場産食材		めかじき													
<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>栄養教諭が毎日作成している給食一口メモに、その日使用した地場産物の紹介を記入し、全クラスに周知した。給食時間の前に給食一口メモを活用した指導を教諭が行い、神奈川産品、地場産物に関して学びを深めた。</p>															
献立名から一品、作り方を紹介								作り方・調理のポイント							
写真はありません								1、めかじきに塩、こしょうをして下味をつける。 2、玉ねぎと水煮のマッシュルームは薄くスライス、ピーマンは短冊に切る。 3、下味をつけためかじきにトマトソースを塗り、スライスした玉ねぎ、ピーマンをのせてスチームコンベクションオープンで焼く。 4、途中でマッシュルームとピザ用チーズをのせ、焼き色がつくまで焼く。							
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	
めかじき	60	92	11.5	4.6	2	17	0.3	0.4	37	0.03	0.04	0	0	0.1	
塩	0.3	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0.3	
こしょう	0.01	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
玉ねぎ	10	4	0.1	0	2	1	0	0	0	0	0	0	0.2	0	
赤ピーマン	10	3	0.1	0	1	1	0	0	0	0	0.01	9	0.2	0	
青ピーマン	10	2	0.1	0	1	1	0	0	0	0	0	3	0.2	0	
トマトソース	20	9	0.4	0	4	4	0.2	0	0	0.01	0.01	0	0.2	0.1	
マッシュルーム	5	1	0.2	0	0	0	0	0.1	0	0	0.01	0	0.2	0	
ピザ用チーズ	15	15	3.4	3.9	95	3	0	0.5	36	0	0.04	0	0	0.4	
合計		126	16	8.5	105	27	0.5	1	73	0	0.1	12	1	0.9	