

(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		冬瓜のスープ													
使用した地場産食材		冬瓜とわかめ													
<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>冬瓜についての紹介を各クラスに食育だよりにして配付した。 冬瓜のカラー写真と冬瓜についてを食堂の掲示板に掲示した。</p>															
献立名から一品、作り方を紹介															
								作り方・調理のポイント							
								<ol style="list-style-type: none">①野菜を切る②野菜等を煮る③調味料で味をととのえる④片栗粉で汁にとろみをつける							
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	
冬瓜	40	6	0.2	0	8	3	0.1	0	0	0	0	8	0.5	0	
ベーコン	10	40	1.3	3.9	1	2	0.1	0.2	0	0.03	0.01	2	0	0.2	
えのき	10	3	0.3	0	0	1	0.1	0.1	0	0.01	0.01	0	0.5	0	
にんじん	10	4	0.1	0	3	1	0	0	58	0	0	0	0.3	0	
こまつな	10	1	0.2	0	17	1	0.3	0	21	0.01	0.01	2	0.2	0	
わかめ	0.5	1	0.1	0	4	2	0	0	1	0	0	0	0.2	0.1	
食塩	0.5	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0.5	
こしょう	0.02	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
しょうゆ	1	1	0.1	0	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0.1	
中華だし	0.8	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
水	155	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
片栗粉	0.5	2	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
合計		58	2.3	3.9	33	11	0.6	0.3	80	0.1	0	12	1.7	0.9	