

(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		揚げじゃがサラダ													
使用した地場産食材		じゃがいも													
<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>高等部の作業班(農園芸)で育てて収穫したじゃがいもを、生徒が厨房まで納品し、それを給食で使用した。 当日の給食メモには農園芸班の生徒が書いたメッセージを掲載して各クラスに配付、その返事として食べた感想を記入する欄を設けた。 給食の時間には、クラス巡回の際にじゃがもの実物を見せ、農園芸班が育てたものが給食に入っていることを伝えた。</p>															
献立名から一品、作り方を紹介								作り方・調理のポイント							
								<p>①じゃがいもは千切りにし、水にさらし、水気をよく切っておく。 ②170℃の油で素揚げし、塩をまぶす。 ③にんじんは千切り、きゅうりは半分の斜め切り、キャベツは細めの短冊切りにする。 ④③を蒸して冷却し、塩、ごま油を合わせて加熱し冷ましておいた調味料と和える。 ⑤配膳時に、④を盛りつけ、その上に②をトッピングする。</p>							
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	
じゃがいも	45	27	35.9		2	9	0.2	0.1		0.04	0.01	13	4		
米白絞油	3	27		3											
食塩	0.1													0.1	
にんじん	5	2	4.5		1	1			36				0.1		
きゅうり	10	1	9.5		3	2			3			1	0.1		
きゃべつ	55	12	51	0.1	24	8	0.2	0.1	2	0.02	0.02	23	1		
食塩	0.2													0.2	
ごま油	2	18		2											
合計		87	101	5.1	30	20	0.4	0.2	41	0.1	0	37	5.2	0.3	