

(様式3)

令和3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>   | チキンかつ丼(ごはん、チキンかつ、野菜の卵とじ、焼きのり)、牛乳、みそ汁、いちごゼリー |
| <b>使用した地場産食材</b>   | 米、牛乳、かわさきつや菜(川崎市内産)、大根                      |
| <p>・献立を活用した指導方法(放送、資料配付等)<br/>         ・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>・献立を活用した指導方法として、事前に給食だよりを配付し、当日はかわさきつや菜の紹介資料を配付しました。</p> <p>【資料の一部抜粋】<br/>         「のらぼう菜」は、ほうれん草や小松菜など同ジブラナ科の野菜で、ほうれん草や小松菜に比べ、えぐみはなく、苦みも少なく、甘味のあるやわらかい食感が特徴の野菜です。川崎市の多摩区・菅地区で古くから栽培されている伝統野菜です。<br/>         現在、「のらぼう菜」は、神奈川県農林水産物ブランド「かながわブランド」に認定されていて、おいしい川崎の郷土作物となっています。<br/>         「かわさきつや菜」は、従来の「のらぼう菜」とは違う、川崎市で10年間かけて調査・研究した新しい品種です。葉や茎の部分に光沢があり、茎の部分には筋がなく、苦みがないので、「野菜の卵とじ」にピッタリです。川崎生まれ、川崎育ちの「かわさきつや菜」をおいしくいただきます！</p> |   |



かわさきつや菜

献立名から一品、作り方を紹介

|  |   |
|--|---|
|  | <p><b>作り方・調理のポイント</b><br/> <b>【野菜の卵とじ】</b><br/>         ①こんぶとけずり節かつおでだしをとる。<br/>         ②にんじんは千切り、たまねぎは薄切りにする。かわさきつや菜は下ゆでして2cm長さに切る。卵は割り、ほぐしておく。<br/>         ③鍋にだし、調味料を入れて煮立て、にんじん、たまねぎを加えて煮る。<br/>         ④にんじんとたまねぎが柔らかくなったら、水溶き片栗粉を入れてとろみをつける。<br/>         ⑤沸騰してきたら、卵を少しずつ流し入れ、ふんわりとさせる。<br/>         ⑥かわさきつや菜を入れて、仕上げる。</p> |
|--|---|

| 材料名<br>(1人分) | 分量<br>g | 栄養価           |            |         |             |              |         |          |                |              |              |             |           |            |
|--------------|---------|---------------|------------|---------|-------------|--------------|---------|----------|----------------|--------------|--------------|-------------|-----------|------------|
|              |         | エネルギー<br>kcal | たんぱく質<br>g | 脂質<br>g | カルシウム<br>mg | マグネシウム<br>mg | 鉄<br>mg | 亜鉛<br>mg | ビタミンA<br>μgRAE | ビタミンB1<br>mg | ビタミンB2<br>mg | ビタミンC<br>mg | 食物繊維<br>g | 食塩相当量<br>g |
| 水            | 30      | 0             | 0          | 0       | 0           | 0            | 0       | 0        | 0              | 0            | 0            | 0           | 0         | 0          |
| こんぶ          | 0.5     | 0             | 0          | 0       | 0           | 0            | 0       | 0        | 0              | 0            | 0            | 0           | 0         | 0          |
| しけずり節かつお     | 2       | 0             | 0          | 0       | 0           | 0            | 0       | 0        | 0              | 0            | 0            | 0           | 0         | 0          |
| 酒            | 1       | 1             | 0          | 0       | 0           | 0            | 0       | 0        | 0              | 0            | 0            | 0           | 0         | 0          |
| 砂糖           | 3       | 12            | 0          | 0       | 0           | 0            | 0       | 0        | 0              | 0            | 0            | 0           | 0         | 0          |
| みりん          | 2       | 5             | 0          | 0       | 0           | 0            | 0       | 0        | 0              | 0            | 0            | 0           | 0         | 0          |
| しょうゆ         | 4       | 3             | 0.3        | 0       | 1           | 3            | 0.1     | 0        | 0              | 0            | 0.01         | 0           | 0         | 0.6        |
| にんじん         | 3       | 1             | 0          | 0       | 1           | 0            | 0       | 0        | 21             | 0            | 0            | 0           | 0.1       | 0          |
| たまねぎ         | 35      | 12            | 0.4        | 0       | 6           | 3            | 0.1     | 0.1      | 0              | 0.01         | 0            | 2           | 0.5       | 0          |
| 片栗粉          | 0.2     | 1             | 0          | 0       | 0           | 0            | 0       | 0        | 0              | 0            | 0            | 0           | 0         | 0          |
| 水            |         | 0             | 0          | 0       | 0           | 0            | 0       | 0        | 0              | 0            | 0            | 0           | 0         | 0          |
| 卵            | 20      | 31            | 2.5        | 2.1     | 10          | 2            | 0.3     | 0.2      | 42             | 0.01         | 0.08         | 0           | 0         | 0.1        |
| かわさきつや菜(市内産) | 5       | 1             | 0.1        | 0       | 9           | 1            | 0.1     | 0        | 13             | 0            | 0.01         | 2           | 0.1       | 0          |
| 合計           |         | 67            | 3.3        | 2.1     | 27          | 9            | 0.6     | 0.3      | 76             | 0.02         | 0.10         | 4           | 0.7       | 0.7        |