

(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

献立名		豚肉と大根のべっこう煮												
使用した地場産食材		県産豚肉、市内産大根												
・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)														
・献立を活用した指導方法：家庭配布献立表 ・授業・学校行事・講演等：無														
献立名から一品、作り方を紹介														
		作り方・調理のポイント ① 豚肉を茹でこぼす。 ② 大根は2～3センチの角切りにし、下茹でする。 ③ ①と②を合わせ、調味料と水で煮込む。												
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
豚肉(角切り)	60	131	11.3	8.8	2	13	0.4	1.6	3	0.38	0.13	1	0	0.07
だいこん	100	16	0.5	0.1	22	9	0.2	0.2	0	0.02	0.01	11	1.3	0.04
しょうゆ	6	4	0.5	0	2	4	0.1	0.1	0	0	0.01	0	0	0.88
さとう	3	12	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
酒	3	3	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
みりん	1	2	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
合計		168	12	8.9	26	26	0.7	1.9	3	0.4	0.2	12	1.3	1