

(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		足柄まさカレー														
使用した地場産食材		相州牛、玉ねぎ														
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><放送原稿> 今から40年ちかくまえの1月22日に全国学校栄養士が給食のメニューをカレーにし、全国の小中学校の給食一斉にカレーが提供されました。そのことで1月22日は「カレーの日」となりました。今日は今週の全国学校給食週間に合わせて、地元である南足柄市特産の相州牛肉を使用した足柄まさカレーです。とても美味しい牛肉を味わってください。</p>														
献立名から一品、作り方を紹介		<p>作り方・調理のポイント</p> <ul style="list-style-type: none"> ・足柄まさカレーは、南足柄市産品の相州牛とごぼうが入っているのが特長です。 ・みんな大好きなビーフカレーですが、より食べやすいようにごぼうは、一部をルウに入れ、残りの量はトッピング用に根菜チップスにした。(根菜チップスにはれんこんも提供した) ・相州牛は2cm角にカットしてもらい、より相州牛の美味しさを感じ、満足感を得られるようにした。 														
材料名 (1人分)		分量 g	栄養価												食物繊維 g	食塩相当 g
		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 μgRE	ビタミンB1 mg	ビタミンB2 mg	ビタミンC mg				
白米	110	394	6.7	1	6	25	0.9	1.5	—	0.09	0.02	1	—	—		
押し麦	10	34	0.6	0.1	2	3	0.1	0.1	—	0.01	0.01	—	—	—		
相州牛	30	121	4.2	11	1	4	0.2	1.4	1	0.02	0.05	1	—	0		
カレー粉	0.3	1	—	—	2	—	0.1	—	3	—	—	—	0.1	—		
にんにく	0.5	1	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	0		
生姜	0.5	1	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—		
玉ねぎ	50	19	0.5	0.1	11	5	0.1	0.1	1	0.02	0.01	4	0.8	0		
玉ねぎ(みじん切り)	13	14	0.2	0.8	3	1	—	0.1	1	0.01	—	1	0.4	0.5		
ごぼう	4.2	3	0.1	—	2	2	0.1	0.1	—	—	—	1	0.2	—		
人参	13	5	0.1	—	4	1	—	—	2456	0.01	0.01	1	0.3	0.6		
じゃがいも	25	19	0.4	—	1	5	0.1	0.1	—	0.03	0.01	10	0.3	—		
すりおろしりんご	5	3	—	—	—	—	—	—	2	0.01	—	—	—	—		
カレールウ	9	46	0.6	3	8	3	0.3	—	14	0.01	0.01	—	0.3	0.6		
カレールウ	4.5	23	0.3	2	4	2	0.2	—	7	—	—	—	0.2	0.3		
中濃ソース	1.3	1	—	—	1	—	—	—	3	—	—	—	—	—		
デミグラスソース	2.2	2	0.1	0.1	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—		
トマト	2.2	1	—	—	—	1	—	—	40	—	—	1	—	0		
合計		688	14	18	45	52	2.1	3.4	###	0.2	0.1	20	2.6	2		