

(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		きくらげのスープ													
使用した地場産食材		きくらげ													
・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) 給食一口メモにその日使用した地場産物の紹介を記入し、全クラスに配付した															
献立名から一品、作り方を紹介															
作り方・調理のポイント 1、野菜を洗う 2、野菜、なるとを切る。きくらげを戻す 3、無塩コンソメで野菜ととり肉を煮込む 4、調味する															
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	
とりささみ水煮	10	13	2.7	0.1	0	3	0	0.1	0	0.01	0.01	0	0	0	
にんじん	10	4	0.1	0	3	1	0	0	58	0	0	0	0.3	0	
もやし	10	2	0.2	0	2	1	0	0	0	0	0	1	0.1	0	
きくらげ	0.5	1	0	0	2	1	0.2	0	0	0	0	0	0.3	0.1	
ほうれんそう	10	2	0.3	0	8	5	0.1	0.1	40	0	0.01	1	0.3	0	
なると	10	8	0.8	0	2	1	0.1	0	0	0	0	0	0	0.2	
無塩コンソメ	1	4	0.1	0.1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0.1	
塩	0.2	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0.2	
水	170														
合計		34	4.2	0.2	17	12	0.4	0.2	98	0	0	2	1	0.6	