

(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	おこわ、ちくわの磯部揚げ、おひたし、いわしのつみれみそ汁、牛乳
使用した地場産食材	もち米、うるち米、もやし、だいこん、小松菜、長ねぎ、牛乳

・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)

・5年生が社会と総合の学習の一環で、地域の田んぼで稲刈り・脱穀体験をして収穫したもち米を使った献立。以前はお世話になった地域の方を招いてもちつき大会を行っていたが、コロナ禍のため、給食で活用し、地域の方にはもち米をプレゼントした。
 ・テレビ放送、掲示物、献立表を使い、5年生の取組の様子や、農業に携わる人の思いを伝えた。

【テレビ放送(一部)】
 5年生は、社会と総合の勉強で、農業や米作りについて学習しました。その一環で、実際に田んぼに出かけ、稲刈りと脱穀の体験を行いました。地域の方々のご協力もあり、おいしいお米ができあがったそうです。一粒一粒、大切にいただきます。

献立名から一品、作り方を紹介



作り方・調理のポイント

おこわ

- ①米、麦・・・洗米して水に浸しておく(もち米は炊く直前に洗米)
 にんじん・・・0.5~1cm角切り 干し椎茸・・・戻す
 糸昆布・・・戻す(大きければ切る)
- ②釜にすべての材料を入れ、炊く
 ※干し椎茸や昆布の戻し汁を使って炊くとよりおいしくなる
- ③軽くかき混ぜながら配食する

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 μgRE	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 g
精白米	36	123	2.2	0.3	2	8	0.3	0.5	0	0.02	0.01	0	0.2	0
強化米	0.28	1	0	0	0	0	0	0	0	0.24	0	0	0	0
もち米	24	82	1.5	0.2	1	6	0.2	0.3	0	0.01	0	0	0.1	0
押麦	6	20	0.4	0.1	1	2	0.1	0.1	0	0.01	0	0	0.5	0
水	81	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
豚肉 1cm角切り	14	34	2.5	2.7	1	3	0.1	0.4	0	0.07	0.03	0	0	0
にんじん	1.1	0	0	0	0	0	0	0	6	0	0	0	0	0
干し椎茸スライス	0.2	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0.1	0
こんぶ 糸	0.2	0	0	0	2	1	0	0	0	0	0	0	0.1	0
こいくちしょうゆ	6	5	0.5	0	2	4	0.1	0.1	0	0	0.01	0	0	0.9
本みりん	1.6	4	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
三温糖	0.4	2	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
ごま油	0.3	3	0	0.3	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
合計		275	7.1	3.6	9	24	0.8	1.4	6	0.4	0.1	0	1	0.9