

(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>	<b>開成町の新米ご飯、牛乳、弥一芋の筑前煮、大根のとろとろスープ</b>
<b>使用した地場産食材</b>	<b>新米(はるみ)、牛乳、弥一芋(里芋)、大根、人参</b>

- ・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)
- ・生産者や町産業振興課と連携し、畑の様子や生産者からのメッセージなどを動画やスライドで紹介した。
- ・資料配付(地場産物についてランチメモを作成し、各クラスへ配付し掲示、各担任から説明してもらった)

献立名から一品、作り方を紹介



**作り方・調理のポイント**

- ①蒟蒻はスプーンで一口大にちぎって下茹で、鶏肉は酒を振っておく。
- ②生姜みじん切り、ごぼう・人参・筍小さい乱切り、弥一芋厚いいちょう切り、さやいんげんは2cmくらいに切る。
- ③油で蒟蒻、生姜を炒め、次に鶏肉を入れ、色が変わってきたらごぼう・人参をよく炒める。
- ④筍を入れさっと炒めたら、水とかつおだしで煮る。
- ⑤弥一芋はタイミングをみて入れる。
- ⑥野菜がある程度煮えたら、醤油は少し残し調味料を順に入れる。
- ⑦しばらく煮てからさやいんげんを入れ、最後に残りの醤油で味を調える。

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
サラダ油(調合油) 1.5k	1	9	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
板こんにやく	10	1	0	0	4	0	0	0	0	0	0	0	0.2	0
しょうが	0.4	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
鶏モモ皮付2.5cm角	40	76	6.6	5.7	2	8	0.2	0.6	13	0.03	0.05	1	0	0.1
清酒(普通酒)	1.3	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
洗いごぼう	10	6	0.2	0	5	5	0.1	0.1	0	0	0	0	0.6	0
にんじん	10	4	0.1	0	3	1	0	0	58	0	0	0	0.3	0
たけのこ水煮 1号缶	7	2	0.2	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0.2	0
弥一芋	30	16	0.5	0	3	6	0.2	0.1	0	0.01	0	1	0.7	0
水	8	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
素材方だしかつおだし(理研だし)500g	0.5	2	0.1	0	0	0	0	0	0	0	0.01	0	0	0
本みりん	0.8	2	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
三温糖	2	8	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
こいくちしょうゆ	4.5	3	0.3	0	1	3	0.1	0	0	0	0.01	0	0	0.7
さやいんげん(冷)	3.5	1	0.1	0	2	1	0	0	1	0	0	0	0.1	0
<b>合計</b>		<b>131</b>	<b>8.1</b>	<b>6.7</b>	<b>21</b>	<b>24</b>	<b>0.6</b>	<b>0.8</b>	<b>72</b>	<b>0</b>	<b>0.1</b>	<b>2</b>	<b>2.1</b>	<b>0.8</b>