


# 千産千消デー実施報告書

学校名または共同調理場名

市川市立市川小学校

## 1 献立

献立	
ご飯 牛乳 すずきの塩焼き ツナサラダ 梨ドレッシング さつまいものみそ汁 一口いちご牛乳プリン	

## 2 地場産物を活用した料理のレシピ

(1) 料理名 ツナサラダ 梨ドレッシング	(3) 作り方 ①野菜を茹で、水冷する。冷めたらしぼる。 ②ツナを炒り、よく冷ます。 ③梨ピューレと調味料を加熱してドレッシングを作り、よく冷ます。 ④①と②をドレッシングで和える。
(2) 1人分の材料 きゅうり 10g キャベツ 22g にんじん 6g ツナ 7g 梨ピューレ 3g 油 0.5g 砂糖 0.5g 塩 0.3g 酢 1.7g	

## 3 給食で活用した地場産物（県内農林水産物）

品目	地場産物の割合（金額ベース）
米 牛乳 すずき きゅうり キャベツ にんじん 梨ピューレ 豚肉 さつまいも 大根 一口いちご牛乳プリン	93%

## 4 千産千消デーで実施した食に関する指導の概要

ぐるめだよりへの掲載
昼の放送
給食の時間における学級訪問
打ち合わせで担任に目的を周知し、各クラスでの指導の実施
掲示物

## 5 11月の指導回数

30回
-----

## 6 その他

1年（給食回数11か月）のうち9か月は千葉県産米を使用している。
6月の千葉県民の日付近にも千産千消献立を入れた。
9～10月頃に市川市の梨、1～2月頃に市川市の海苔を給食に入れた。

# 千産千消デー実施報告書

学校名または共同調理場名

市川市立真間小学校

## 1 献立

献立	
ごはん 牛乳 さつまいものチーズ巻 千葉野菜のみそ汁 海苔の佃煮 梨ゼリー	

## 2 地場産物を活用した料理のレシピ

(1) 料理名 さつまいものチーズ巻 (2) 1人分の材料 さつまいも 20g 棒チーズ 12g 豚肩肉 40g こしょう 0.04g しょうゆ 2g みりん 2g	(3) 作り方 ①豚肉にこしょうを振り、下味をつける ②棒状に切ったさつまいもとチーズを豚肉にのせて巻く ③190度のオーブンで焼く ④しょうゆとみりんを合わせて加熱し、たれを作る ⑤肉巻きを配缶後、上からたれをかける
--	--

## 3 給食で活用した地場産物（県内農林水産物）

品目	地場産物の割合（金額ベース）
ごはん 牛乳 さつまいも にんじん だいこん さといも ねぎ 海苔 梨 豚肉	80%

## 4 千産千消デーで実施した食に関する指導の概要

給食だよりで地産地消についてふれ、11月の給食では千葉県産の食材を多用することを伝えた。
千産千消デー当日は、給食メモと放送で、千葉県の農作物について伝えた。
給食メモを通して、千葉県でとれる野菜やお米について伝えた。
給食室にその日に使用した千葉県産の野菜を掲示した。

## 5 11月の指導回数

11回
-----

## 6 その他


特になし
------

# 千産千消デー実施報告書

学校名または共同調理場名

市川市立中山小学校

## 1 献立

献立	
ごはん 牛乳 あじのさんが焼き 磯和え 千葉野菜のみそ汁	

## 2 地場産物を活用した料理のレシピ

(1) 料理名 あじのさんが焼き	(3) 作り方 ①ねぎはみじん切り、しょうがはすりおろして絞り汁を使用する。 ②すべての食材をよく混ぜ合わせる。 ③鉄板に広げ、オーブンで焼く。 ④切り分けて、配缶する。
(2) 1人分の材料 あじすり身 20g 豚ひき肉 25g ねぎ 3.6g みそ 3.8g しょうが 0.7g 砂糖 0.15g 酒 0.9g みりん 0.5g しょうゆ 0.3g 澱粉 3g	

## 3 給食で活用した地場産物（県内農林水産物）

品目	地場産物の割合（金額ベース）
米 あじ こまつな 大根 もやし にんじん きゃべつ かぶ 牛乳	89%

## 4 千産千消デーで実施した食に関する指導の概要

校内放送を活用し、地産地消についての説明や地場産物の紹介
ホームページで給食に使用した千葉県産食材の紹介
給食掲示板に千葉県の食材マップの掲示
給食の時間における学級訪問

## 5 11月の指導回数

15回
-----

## 6 その他

1月に地元の漁協と連携し、生のりを給食で提供した



# 千産千消デー実施報告書

学校名または共同調理場名

市川市立八幡小学校

## 1 献立

献立	
ごはん 牛乳 いわしのさんが焼き 小松菜の磯香和え 千葉野菜のみそ汁 味付け海苔	

## 2 地場産物を活用した料理のレシピ

(1) 料理名 いわしのさんが焼き	(3) 作り方 ①長ねぎはみじん切り、しょうがはすりおろす。 ②ごま以外の材料をよく混ぜ合わせる。 ③小判型に成形し、ごまをふる。 ④オーブンで焼く。
(2) 1人分の材料 いわしすり身 21g 豚ひき肉 19g 長ねぎ 8g 卵 3g 白みそ 2.5g しょうが 0.8g 生パン粉 2g かたくり粉 2g 酒 1g 白ごま 0.5g	

## 3 給食で活用した地場産物（県内農林水産物）

品目	地場産物の割合（金額ベース）
米 牛乳 長ねぎ 小松菜 海苔 豚肉 人参 さつま芋 いわし	86%

## 4 千産千消デーで実施した食に関する指導の概要

校内放送を活用し、千葉県産の食材について説明
給食メモを配付し、千産千消の説明と千葉県・本市の産物について紹介
給食の時間における学級訪問

## 5 11月の指導回数

16回
-----

## 6 その他

9・10月に本市の特産品の梨を給食で提供した。
1月に市・漁協・市学校給食会と連携し市川の海苔を使った献立を提供した。

# 千産千消デー実施報告書

学校名または共同調理場名

市川市立国分小学校  
市川市立第一中学校

## 1 献立

献立	
ごはん さつまいもとチーズ巻き ひじきの梅煮 千葉県産野菜のみそ汁 なしゼリー 牛乳	

## 2 地場産物を活用した料理のレシピ

(1) 料理名 さつまいもとチーズ巻き  (2) 1人分の材料 さつまいも      20g チーズ          10g 豚肉            40g 片栗粉          0.5g しょうゆ       3.1g みりん          3.1g こしょう       少々	(3) 作り方 ①さつまいもを棒状に切る。 ②豚肉に片栗粉をまぶし、さつまいも・チーズを巻く。 ③オーブンで焼く。 ④調味料を加熱し、たれを作る。 ⑤たれをかける。
---	---

## 3 給食で活用した地場産物（県内農林水産物）

品目	地場産物の割合（金額ベース）
米                  牛乳                  さつまいも          ねぎ 大根                  梨                    豚もも              豚ロース	67%

## 4 千産千消デーで実施した食に関する指導の概要

給食の時間における学級訪問
献立表のおしらせ
ひとくちメモの作成

## 5 11月の指導回数

20回
-----

## 6 その他


9月に市川産の梨を提供

# 千産千消デー実施報告書

学校名または共同調理場名

市川市立大柏小学校

## 1 献立

献立	
さつまいもごはん ちば野菜の具だくさん汁 いわしの塩こうじ焼 ごま和え なしゼリー 牛乳	

## 2 地場産物を活用した料理のレシピ

(1) 料理名 いわしの塩こうじ焼	(3) 作り方 ①調味料を混ぜ合わせて、魚を漬け込む ②オーブンで焼く
(2) 1人分の材料 いわし 30g 塩こうじ 2.5g みりん 2.5g レモン汁 0.75g	

## 3 給食で活用した地場産物（県内農林水産物）

品目	地場産物の割合（金額ベース）
いわし            こまつな           ねぎ            さつまいも さといも           にんじん            だいこん           豚肉 牛乳                キャベツ            米	94%

## 4 千産千消デーで実施した食に関する指導の概要

給食メモを全クラスに配付し、給食時間中の掲示と朗読を行った。
献立表にて事前にお知らせした。

## 5 11月の指導回数

7回
----

## 6 その他

9月に、市川市産の梨を給食に2度使った。
毎月のカレーに、市川市産の梨のピューレを使用している。




# 千産千消デー実施報告書

学校名または共同調理場名

市川市立宮田小学校

## 1 献立

献立	
三色そばろご飯 牛乳 きゃべつと胡瓜のゆかり和え 沢煮椀	

## 2 地場産物を活用した料理のレシピ

(1) 料理名 きゃべつと胡瓜のゆかり和え (2) 1人分の材料 きゃべつ 15g 胡瓜 10g 人参 4g 刻み昆布 0.15g ゆかり 0.5g 醤油 1g	(3) 作り方 ①きゃべつ、人参は千切りにし茹でてから水冷する。胡瓜は輪切りにし、茹でて水冷する。 ②醤油は加熱して冷ます。 ③野菜に調味料（一部残す）を入れ混ぜ合わせる。味見してから塩加減を調整する。
--	--

## 3 給食で活用した地場産物（県内農林水産物）

品目				地場産物の割合（金額ベース）
米	牛乳	鶏肉	豚肉	87%
みつば	胡瓜	人参	きゃべつ	
ほうれん草	里芋			

## 4 千産千消デーで実施した食に関する指導の概要

給食時に千葉県産食材を紹介した。また、千産千消（地産地消）の良いところについて考えさせ、紹介をした。
ホームページに千葉県産の食材を紹介した。

## 5 11月の指導回数

12回
-----

## 6 その他

特になし

# 千産千消デー実施報告書

学校名または共同調理場名

市川市立富貴島小学校

## 1 献立

献立	
ごはん	
海苔の佃煮	
鯖の文化干し	
小松菜のおひたし	
千産千消豚汁	
牛乳	

## 2 地場産物を活用した料理のレシピ

<p>(1) 料理名 千産千消豚汁</p> <p>(2) 1人分の材料</p> <table border="0"> <tr> <td>なたね油</td> <td>0.2g</td> <td>赤みそ</td> <td>3.4g</td> </tr> <tr> <td>豚もも肉</td> <td>16g</td> <td>白みそ</td> <td>3.4g</td> </tr> <tr> <td>里芋</td> <td>14g</td> <td>かつお節</td> <td>3.2g</td> </tr> <tr> <td>人参</td> <td>5g</td> <td>水</td> <td>70g</td> </tr> <tr> <td>長ねぎ</td> <td>6g</td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>大根</td> <td>22g</td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>ごぼう</td> <td>8g</td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>チンゲンサイ</td> <td>8g</td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>板こんにゃく</td> <td>10g</td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>木綿豆腐</td> <td>20g</td> <td></td> <td></td> </tr> </table>	なたね油	0.2g	赤みそ	3.4g	豚もも肉	16g	白みそ	3.4g	里芋	14g	かつお節	3.2g	人参	5g	水	70g	長ねぎ	6g			大根	22g			ごぼう	8g			チンゲンサイ	8g			板こんにゃく	10g			木綿豆腐	20g			<p>(3) 作り方</p> <p>①出汁を取る。こんにゃくは下茹でをしておく。</p> <p>②油で豚肉を炒める。</p> <p>③ごぼう・大根・人参を炒める。</p> <p>④出汁を加えて、煮る。</p> <p>⑤豆腐・里芋・チンゲンサイの茎部分を火の通りにくい順に煮ていく。</p> <p>⑥みそを溶いて、チンゲンサイの葉とねぎを入れる。</p>
なたね油	0.2g	赤みそ	3.4g																																						
豚もも肉	16g	白みそ	3.4g																																						
里芋	14g	かつお節	3.2g																																						
人参	5g	水	70g																																						
長ねぎ	6g																																								
大根	22g																																								
ごぼう	8g																																								
チンゲンサイ	8g																																								
板こんにゃく	10g																																								
木綿豆腐	20g																																								

## 3 給食で活用した地場産物（県内農林水産物）

品目	地場産物の割合（金額ベース）
牛乳                      米                      鯖                      海苔 小松菜                      大根	78%

## 4 千産千消デーで実施した食に関する指導の概要

その日の献立に使用した千葉県産食材の紹介
給食メモの配付
給食掲示板への掲示

## 5 11月の指導回数

24回
-----

## 6 その他

9月に本市産の梨や梨を使った給食を提供した。
12月から2月にかけて、近隣農家さんのねぎを使用した。



# 千産千消デー実施報告書

学校名または共同調理場名

市川市立若宮小学校

## 1 献立

献立	
ごはん 牛乳 さんが焼き のり和え さつま味噌汁	

## 2 地場産物を活用した料理のレシピ

(1) 料理名 さんが焼き	(3) 作り方 ①材料を粘りが出るまでよく練る。 ②鉄板に広げる。 ③ごまを振り、焼き上げる。 ④切り分けて配缶。
(2) 1人分の材料 鰯すり身 25g 白いりごま 1.5g 豚ひき肉 25g 長ネギ 13g 生パン粉 6.5g 赤みそ 3g 生姜 0.5g 三温糖 0.9g 酒 1.2g みりん 0.5g 醤油 0.3g	

## 3 給食で活用した地場産物（県内農林水産物）

品目	地場産物の割合（金額ベース）
米 牛乳 ねぎ キャベツ だいこん こまつな 鶏肉 いわし	62%

## 4 千産千消デーで実施した食に関する指導の概要

校内放送を活用し、地産地消について説明（旬の食べ物は栄養が豊富にある）
各クラスへ給食メモの配付
給食だより・献立表への記載
校内に地場産物についての掲示物を設置（パンフレット「自慢したい千葉がある」）
給食時間における学級訪問

## 5 11月の指導回数

12回
-----

## 6 その他

9月に地元の農家と連携して給食で市川のなしを提供した。

# 千産千消デー実施報告書

学校名または共同調理場名

市川市立国府台小学校

## 1 献立

献立	
ごはん 手作りひじきふりかけ あじのさんがやし もやしのからしあえ さつまいものみそしる 牛乳	

## 2 地場産物を活用した料理のレシピ

(1) 料理名 さつまいものみそしる (2) 1人分の材料 豚肉 5g さつまいも 10g かぶ 15g 小松菜 8g ねぎ 5g 油揚げ 5g さば節 3g 水 90g 赤みそ 4g 白みそ 4g	(3) 作り方 ①濃いめにさば節で出汁を取る。 ②沸騰した①に豚肉、さつまいも、かぶ、油揚げの順に入れる。 ③食材に火が通ったらみそで味付けをする。 ④ねぎ、小松菜を入れて完成。
---	---

## 3 給食で活用した地場産物（県内農林水産物）

品目	地場産物の割合（金額ベース）
米 牛乳 チンゲンサイ 人参 さつまいも かぶ 小松菜 ねぎ 豚肉	58%

## 4 千産千消デーで実施した食に関する指導の概要

全校へは、献立表でお知らせした。 5年生の総合的な学習の時間で「地産地消の取組」について学習する中でT2として授業に携わり、千産千消デーにも触れた。

## 5 11月の指導回数

12回
-----

## 6 その他


千葉県産のお米を使用している。 9月に市川市でとれた梨を提供した。

# 千産千消デー実施報告書

学校名または共同調理場名

市川市立平田小学校  
市川市立第八中学校

## 1 献立

献立	
ごはん	
牛乳	
ツナのさんが焼き	
沢煮椀	
磯香和え	
梨ゼリー	

## 2 地場産物を活用した料理のレシピ

(1) 料理名 梨ゼリー	(3) 作り方
(2) 1人分の材料	①アガーを分量の水でよく溶かす
梨ピューレ 40g	②梨ピューレと上白糖と白ワインを加えてよく混ぜる
水 40g	③ゼリーカップに梨の缶詰を入れておく
アガー 2g	④②のゼリー液を注ぎ冷やし固める
上白糖 7g	
白ワイン 1g	
梨缶詰 5g	
耐熱カップ	

## 3 給食で活用した地場産物（県内農林水産物）

品目	地場産物の割合（金額ベース）
米 牛乳 小松菜 梨ピューレ 鶏肉 大根	65%

## 4 千産千消デーで実施した食に関する指導の概要

お昼の放送の活用
献立表への記載

## 5 11月の指導回数

10回
-----

## 6 その他

9月と3月を除き千葉県産の米を使用
9月に千葉県市川市産の梨を使用
5月に千葉県市川市産のトマトを使用



# 千産千消デー実施報告書

学校名または共同調理場名

市川市立鬼高小学校

## 1 献立

献立	
さつまいもごはん	
牛乳	
さばのカレー焼き	
千葉野菜のすまし汁	
果物（みかん）	

## 2 地場産物を活用した料理のレシピ

<p>(1) 料理名 さつまいもごはん</p> <p>(2) 1人分の材料</p> <table border="0"> <tr> <td>米</td> <td>60 g</td> </tr> <tr> <td>さつまいも</td> <td>28 g</td> </tr> <tr> <td>酒</td> <td>1.5 g</td> </tr> <tr> <td>しょうゆ</td> <td>0.3 g</td> </tr> <tr> <td>細切り塩昆布</td> <td>0.2 g</td> </tr> </table>	米	60 g	さつまいも	28 g	酒	1.5 g	しょうゆ	0.3 g	細切り塩昆布	0.2 g	<p>(3) 作り方</p> <p>①さつまいもは皮付きのまま、小さな角切りにする。</p> <p>②調味料とさつまいも、塩昆布を入れてご飯を炊く。</p>
米	60 g										
さつまいも	28 g										
酒	1.5 g										
しょうゆ	0.3 g										
細切り塩昆布	0.2 g										

## 3 給食で活用した地場産物（県内農林水産物）

品目	地場産物の割合（金額ベース）								
<table border="0" style="width: 100%;"> <tr> <td style="text-align: center;">米</td> <td style="text-align: center;">牛乳</td> <td style="text-align: center;">鯖</td> <td style="text-align: center;">鶏肉</td> </tr> <tr> <td style="text-align: center;">にんじん</td> <td style="text-align: center;">大根</td> <td style="text-align: center;">小松菜</td> <td style="text-align: center;">長ねぎ</td> </tr> </table>	米	牛乳	鯖	鶏肉	にんじん	大根	小松菜	長ねぎ	74%
米	牛乳	鯖	鶏肉						
にんじん	大根	小松菜	長ねぎ						

## 4 千産千消デーで実施した食に関する指導の概要

給食時間に校内放送で、地産地消と給食での千葉県産食材の使用について説明した。
家庭科の授業で給食・献立の話をする時に、地産地消（千産千消）の説明をした。

## 5 11月の指導回数

18回
-----

## 6 その他

1月に、漁業組合と市の協力のもと、市川で採れたのりを使用した。
9月・10月に市川で採れた梨を使用した。

# 千産千消デー実施報告書

学校名または共同調理場名

市川市立菅野小学校

## 1 献立

献立	
ごはん	
牛乳	
豚肉のチーズさつまいも巻き	
ひじきの梅煮	
市川汁	

## 2 地場産物を活用した料理のレシピ

(1) 料理名 ひじきの梅煮	(3) 作り方 ①ひじきはもどしておく。 ②だしをとっておく。 ③だし汁に①、千切りにした人参、短冊切りにしたさつま揚げを加え煮る。 ④ひじきが煮えたら、枝豆と調味料を加え、煮詰める。
(2) 1人分の材料	
ひじき 2g 水 5g	
さつまあげ 5g ねり梅 0.6g	
にんじん 10g	
枝豆 4g	
油 0.3g	
酒 0.5g	
しょう油 1.3g	
みりん 0.8g	
三温糖 1.5g	
かつおぶし 0.3g	

## 3 給食で活用した地場産物（県内農林水産物）

品目	地場産物の割合（金額ベース）
米 牛乳 豚肉 ひじき さつまいも 人参 かぶ	64%

## 4 千産千消デーで実施した食に関する指導の概要

お昼の放送で、給食委員会児童が千産千消デーについてお知らせした。
千葉県産のものを多く使用した事、千葉県は海や山の恵みが豊富である事
近隣校との統一献立である事を紹介した。また、盛り付け表にも
同様にプリントに記載し、各学級へ配付した。
給食試食会で保護者に説明した。

## 5 11月の指導回数

11回
-----

## 6 その他

お昼の放送で、千葉県産の食材について紹介した。（千葉には海も山もあり海産物・農産物が豊富にとれる事など）

# 千産千消デー実施報告書

学校名または共同調理場名

市川市立行徳小学校

## 1 献立

献立	
ごはん	
牛乳	
いわしのかば焼き	
納豆和え	
みそ汁	
花みかん	

## 2 地場産物を活用した料理のレシピ

<p>(1) 料理名 納豆和え</p> <p>(2) 1人分の材料</p> <p>小松菜 12g はくさい 20g ひきわり納豆 25g しょうゆ 2g からし粉 0.02g きざみのり 0.15g</p>	<p>(3) 作り方</p> <p>①野菜を茹で、冷やす。 ②調味料を加熱し、冷やしておく。 ③納豆と野菜をあわせ、②の調味料で和える。 ④③と刻みのりを混ぜ合わせる。</p>
---	--

## 3 給食で活用した地場産物（県内農林水産物）

品目	地場産物の割合（金額ベース）
米 牛乳 小松菜 刻みのり キャベツ さつまいも	67%

## 4 千産千消デーで実施した食に関する指導の概要

校内放送
給食時間における学級訪問

## 5 11月の指導回数

6回
----

## 6 その他

特になし



# 千産千消デー実施報告書

学校名または共同調理場名

市川市立信篤小学校

## 1 献立

献立	
さつまいもごはん	
牛乳	
鯖のカレー焼き	
吉野汁	
りんご	

## 2 地場産物を活用した料理のレシピ

<p>(1) 料理名 さつまいもごはん</p> <p>(2) 1人分の材料</p> <table border="0"> <tr><td>無洗米</td><td>48g</td></tr> <tr><td>押麦</td><td>7g</td></tr> <tr><td>粒麦</td><td>1g</td></tr> <tr><td>さつまいも</td><td>52g</td></tr> <tr><td>塩昆布</td><td>2.4g</td></tr> <tr><td>みりん</td><td>2.1g</td></tr> <tr><td>しょうゆ</td><td>0.4g</td></tr> </table>	無洗米	48g	押麦	7g	粒麦	1g	さつまいも	52g	塩昆布	2.4g	みりん	2.1g	しょうゆ	0.4g	<p>(3) 作り方</p> <p>① さつまいもは皮をむいて角切り後、蒸す。</p> <p>② 米は浸水後、調味料を加え炊飯する。</p> <p>③ 炊きあがったごはんに、さつまいもと塩昆布を加え混ぜる。</p>
無洗米	48g														
押麦	7g														
粒麦	1g														
さつまいも	52g														
塩昆布	2.4g														
みりん	2.1g														
しょうゆ	0.4g														

## 3 給食で活用した地場産物（県内農林水産物）

品目	地場産物の割合（金額ベース）
無洗米      牛乳                  鯖                  とり肉 にんじん      小松菜              長葱              さつまいも	61%

## 4 千産千消デーで実施した食に関する指導の概要

校内放送を活用し、地産地消について説明
給食の時間による学級訪問
家庭科(6年)の献立作成の授業で地産地消について説明

## 5 11月の指導回数

12回
-----

## 6 その他

特になし

# 千産千消デー実施報告書

学校名または共同調理場名

市川市立稲荷木小学校

## 1 献立

献立	
薩摩芋と昆布のごはん 牛乳 鯖のカレー焼き 吉野汁 みかん	

## 2 地場産物を活用した料理のレシピ

<p>(1) 料理名 薩摩芋と昆布のごはん</p> <p>(2) 1人分の材料</p> <table border="0"> <tr><td>無洗米</td><td>50 g</td></tr> <tr><td>押麦</td><td>7 g</td></tr> <tr><td>強化米</td><td>0.3 g</td></tr> <tr><td>薩摩芋</td><td>50 g</td></tr> <tr><td>塩昆布</td><td>2.5 g</td></tr> <tr><td>みりん</td><td>2 g</td></tr> <tr><td>醤油</td><td>0.5 g</td></tr> <tr><td>塩</td><td>0.9 g</td></tr> </table>	無洗米	50 g	押麦	7 g	強化米	0.3 g	薩摩芋	50 g	塩昆布	2.5 g	みりん	2 g	醤油	0.5 g	塩	0.9 g	<p>(3) 作り方</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>①薩摩芋はよく洗い、皮付のまま1.5cm角にカットし、10分程水にさらす。</li> <li>②無洗米を研ぐ。</li> <li>③炊飯器に、②を入れ分量の水と塩、醤油、味醂、強化米、押麦を入れて炊飯する。</li> <li>④①を蒸して、火を通す。</li> <li>⑤塩昆布の長いものは、短くカットする。</li> <li>⑥③のご飯が炊けたら、④と⑤を混ぜ合わせる。</li> </ol>
無洗米	50 g																
押麦	7 g																
強化米	0.3 g																
薩摩芋	50 g																
塩昆布	2.5 g																
みりん	2 g																
醤油	0.5 g																
塩	0.9 g																

## 3 給食で活用した地場産物（県内農林水産物）

品目	地場産物の割合（金額ベース）
米 牛乳 鶏ささみ にんじん ねぎ さつまいも	73%

## 4 千産千消デーで実施した食に関する指導の概要

校内放送を活用し、地産地消について説明（旬の食べ物は栄養が豊富で、安価であることを説明した。）
給食の時間における学級訪問の時に千葉県で作られている農産物を紹介した。
千葉県の新しい品種「粒すけ」について作られた経緯など、4年生と学習した。

## 5 11月の指導回数

18回
-----

## 6 その他


特になし

# 千産千消デー実施報告書

学校名または共同調理場名

市川市立南行徳小学校

## 1 献立

献立	
ご飯 牛乳 さんが焼き 小松菜のツナ和え のっぺい汁 市川なしのゼリー	

## 2 地場産物を活用した料理のレシピ

(1) 料理名 さんが焼き (2) 1人分の材料 いわしすり身 24.43g 白炒りごま 0.89g 豚ひき肉 24.43g しょうが 0.7g 長ネギ 5g 白みそ 2.23g 生パン粉 5.25g おから 3.66g しょうゆ 0.1g みりん 0.36g 清酒 0.36g	(3) 作り方 ①しょうがをすりおろし、ねぎはみじん切りにする ②すべての材料をよく混ぜる ③天板に流し、オーブンで焼く ④焼きあがったら切り分ける
---	--

## 3 給食で活用した地場産物（県内農林水産物）

品目	地場産物の割合（金額ベース）
牛乳 米 いわし 小松菜 ねぎ 大根 人参 梨ピューレ	74%

## 4 千産千消デーで実施した食に関する指導の概要

献立表への記載
給食メモの配付（給食委員会の活動）
給食時間の巡回
掲示物
HPへの記載

## 5 11月の指導回数

12回
-----

## 6 その他

11月に提供する鶏肉の切り身は、千葉県産のものを使用した。



# 千産千消デー実施報告書

学校名または共同調理場名

市川市立鶴指小学校

## 1 献立

献立	
さつまいもパン 牛乳 小松菜のクリーム煮 くきわかめサラダ りんご	

## 2 地場産物を活用した料理のレシピ

(1) 料理名 小松菜のクリーム煮 (2) 1人分の材料 鶏胸肉 20g 豆乳 20g 白菜 20g チキンブイヨン 7g 人参 10g コンソメ 0.1g 玉ねぎ 20g 塩 0.3g いんげん 3g こしょう 0.03g 小松菜 30g パルメザンチーズ 2g マカロニ 5g 有塩バター 5g 薄力粉 5g 牛乳 20g	(3) 作り方 ①白菜は短冊切り、人参は厚いちょう切り、玉ねぎはくし切りにする。 小松菜は1.5cm幅に切り、いんげんは斜め切りにし、下茹でしておく。 ②マカロニを茹でておく。 ③バターと薄力粉でルーを作り、牛乳と豆乳を加える。 ④最後に①②を入れ、調味料を加え味を調える。
---	--

## 3 給食で活用した地場産物（県内農林水産物）

品目	地場産物の割合（金額ベース）
牛乳 さつまいも 鶏肉 人参 いんげん 小松菜 キャベツ きゅうり	68%

## 4 千産千消デーで実施した食に関する指導の概要

お昼の校内放送で千産千消の説明
11月の給食だよりにて千産千消の説明と何が千葉で生産されているのかランキングを掲載（千葉県ホームページの紹介と参照）
毎日、学級訪問し食事指導
「ランチタイムだより」に千葉県産食材の使用献立を記載し、紹介した

## 5 11月の指導回数

28回
-----

## 6 その他

特になし

# 千産千消デー実施報告書

学校名または共同調理場名

市川市立宮久保小学校

## 1 献立

献立	
ゆかりごはん	
牛乳	
さんが焼き	
ちばのさつま汁	
いちかわの梨ゼリー	

## 2 地場産物を活用した料理のレシピ

<p>(1) 料理名 さんが焼き</p> <p>(2) 1人分の材料</p> <p>いわしすり身 23g みりん 0.4g</p> <p>鶏ひき肉 23g 白いりごま 0.9g</p> <p>生姜 0.7g</p> <p>長ねぎ 5g</p> <p>卵 8g</p> <p>淡色みそ 2.4g</p> <p>生パン粉 5g</p> <p>乾燥おから 4g</p> <p>しょうゆ 0.3g</p> <p>清酒 0.4g</p>	<p>(3) 作り方</p> <p>①長ねぎはみじん切りし、生姜はおろす。</p> <p>②すべての材料をよく混ぜる。</p> <p>③小判型に成形し、オーブンで焼く。</p>
---	--

## 3 給食で活用した地場産物（県内農林水産物）

品目	地場産物の割合（金額ベース）
米 牛乳 鶏肉 豚肉 梨 さつまいも 生姜 長ねぎ いわし	85%

## 4 千産千消デーで実施した食に関する指導の概要

校内放送を活用し、地産地消と郷土料理について説明
給食時間における学級訪問
クラスに配付する給食一口メモを活用し、当日使用した地場産物を紹介
学校HPにて地産地消献立の紹介
献立表・給食だよりにて地産地消や郷土料理の情報の掲載

## 5 11月の指導回数

8回
----

## 6 その他

地元の梨畑の見学（3年生）

# 千産千消デー実施報告書

学校名または共同調理場名

市川市立二俣小学校  
市川市立高谷中学校

## 1 献立

献立	
しらす小松菜ごはん 牛乳 千葉野菜のいそ和え いわしのつみれ汁 お米のムース	

## 2 地場産物を活用した料理のレシピ

(1) 料理名 しらす小松菜ごはん (2) 1人分の材料 米 74g 水 96.2g ごま油 2g 小松菜 2g しらす 10g 菜めしの素 3g 白いりごま 0.3g	(3) 作り方 ①米を炊く ②ごま油でしらす、小松菜を炒める ③ごまを煎る ④炊けたご飯に炒めた具材、菜めしの素を混ぜ合わせる
---	---

## 3 給食で活用した地場産物（県内農林水産物）

品目	地場産物の割合（金額ベース）
米 牛乳 人参 大根 のり 豚肉 いわしすり身 ごぼう お米のムース 小松菜	69%

## 4 千産千消デーで実施した食に関する指導の概要

お昼の校内放送を活用し、地産地消について説明、今日の千葉県産紹介
給食時間の学級巡回訪問
栄養黒板に記載
献立表に記載

## 5 11月の指導回数

19回
-----

## 6 その他

特になし



# 千産千消デー実施報告書

学校名または共同調理場名

市川市立中国分小学校

## 1 献立

献立	
だいこんなめし 牛乳 豚肉と大根のみそ煮 ねりごまあえ 柿	

## 2 地場産物を活用した料理のレシピ

(1) 料理名 豚肉と大根のみそ煮 (2) 1人分の材料 豚バラ肉 10g 豚モモ肉(脂無し) 30g だいこん 65g さとう 0.65g みりん 3.9g 酒 3.9g みそ 6g しょうゆ 1.5g	(3) 作り方 ①豚肉を余分な脂を落とす程度に下茹でする。 ②だいこんを1センチ厚さのちょう切りにする。 ③だいこんを下ゆでする。 ④釜に調味料と豚肉、だいこんを入れ煮る。
--	--

## 3 給食で活用した地場産物（県内農林水産物）

品目	地場産物の割合（金額ベース）
米 牛乳 だいこん キャベツ 豚肉	67%

## 4 千産千消デーで実施した食に関する指導の概要

給食メモで地産地消の良さと千葉県産の食材について紹介
いきいきちばっこノート3、4年生用「海の幸 山の幸」を各学級で紹介

## 5 11月の指導回数

14回
-----

## 6 その他

5月に市川とまとの献立を提供した。
9月に学区にある梨園の市川のなしを提供した。
毎年1月に市川産のねぎ、市川産の生海苔を使用した献立を提供した。

# 千産千消デー実施報告書

学校名または共同調理場名

市川市立曾谷小学校

## 1 献立

献立	
ご飯 牛乳 いわしのかば焼き 小松菜のごま和え 大根のそぼろ汁	

## 2 地場産物を活用した料理のレシピ

(1) 料理名 小松菜のごま和え	(3) 作り方 ①調味料を加熱して冷ましておく。 ②野菜をゆでて冷ます。 ③野菜を調味料で和える。
(2) 1人分の材料 小松菜 11g 人参 8g もやし 8g すりごま 8g 上白糖 8g 塩 8g しょうゆ 8g	

## 3 給食で活用した地場産物（県内農林水産物）

品目	地場産物の割合（金額ベース）
米 大根 牛乳 いわし 小松菜	66%

## 4 千産千消デーで実施した食に関する指導の概要

校内放送を活用し、地産地消について説明（旬の食べ物の良さなど）
給食の時間における学級訪問
ホームページの活用

## 5 11月の指導回数

30回
-----

## 6 その他

特になし

# 千産千消デー実施報告書

学校名または共同調理場名

市川市立大町小学校

## 1 献立

献立	
ごはん	
牛乳	
いわしのメンチカツ	
小松菜のごまあえ ちば汁	

## 2 地場産物を活用した料理のレシピ

<p>(1) 料理名 いわしのメンチカツ</p> <p>(2) 1人分の材料</p> <table border="0"> <tr> <td>いわしすり身</td> <td>16 g</td> <td>小麦粉</td> <td>8 g</td> </tr> <tr> <td>しょうが</td> <td>1.5 g</td> <td>水</td> <td>8 g</td> </tr> <tr> <td>酒</td> <td>0.9 g</td> <td>パン粉</td> <td>8 g</td> </tr> <tr> <td>しょうゆ</td> <td>0.34 g</td> <td>油</td> <td>4 g</td> </tr> <tr> <td>みりん</td> <td>0.21 g</td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>三温糖</td> <td>1.5 g</td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>ねぎ</td> <td>10.5 g</td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>パン粉</td> <td>6 g</td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>豚ひき肉</td> <td>22.5 g</td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>みそ</td> <td>3.2 g</td> <td></td> <td></td> </tr> </table>	いわしすり身	16 g	小麦粉	8 g	しょうが	1.5 g	水	8 g	酒	0.9 g	パン粉	8 g	しょうゆ	0.34 g	油	4 g	みりん	0.21 g			三温糖	1.5 g			ねぎ	10.5 g			パン粉	6 g			豚ひき肉	22.5 g			みそ	3.2 g			<p>(3) 作り方</p> <p>①しょうがはすりおろす。ねぎは、みじん切りにする。小麦粉と水を溶いてバター液を作る。</p> <p>②いわし、ひき肉、しょうが汁、ねぎ、パン粉、調味料をいれて混ぜる。</p> <p>③小判型に成形し、バター液、パン粉をつける。</p> <p>④180°Cの油できつね色に揚げる。</p>
いわしすり身	16 g	小麦粉	8 g																																						
しょうが	1.5 g	水	8 g																																						
酒	0.9 g	パン粉	8 g																																						
しょうゆ	0.34 g	油	4 g																																						
みりん	0.21 g																																								
三温糖	1.5 g																																								
ねぎ	10.5 g																																								
パン粉	6 g																																								
豚ひき肉	22.5 g																																								
みそ	3.2 g																																								

## 3 給食で活用した地場産物（県内農林水産物）

品目	地場産物の割合（金額ベース）												
<table border="0" style="width: 100%;"> <tr> <td style="text-align: center;">米</td> <td style="text-align: center;">牛乳</td> <td style="text-align: center;">豚ひき肉</td> <td style="text-align: center;">ねぎ</td> </tr> <tr> <td style="text-align: center;">小松菜</td> <td style="text-align: center;">にんじん</td> <td style="text-align: center;">かぶ</td> <td style="text-align: center;">さつまいも</td> </tr> <tr> <td style="text-align: center;">いわし</td> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> </table>	米	牛乳	豚ひき肉	ねぎ	小松菜	にんじん	かぶ	さつまいも	いわし				78%
米	牛乳	豚ひき肉	ねぎ										
小松菜	にんじん	かぶ	さつまいも										
いわし													

## 4 千産千消デーで実施した食に関する指導の概要

給食に時間における学級訪問
給食メモを作り、各学級で担任より指導
千葉県の産物のクイズを掲示
献立表にて千産千消について掲載
千葉県の食材を給食メモで紹介

## 5 11月の指導回数

12回
-----

## 6 その他

本市の特産物の梨を使った料理を複数回、献立に取り入れた（9月）




# 千産千消デー実施報告書

学校名または共同調理場名

市川市立北方小学校  
市川市立第三中学校

## 1 献立

献立	
ごはん 牛乳 さつまいもと豚肉のカレー りっちゃんの元気サラダ	

## 2 地場産物を活用した料理のレシピ

(1) 料理名 りっちゃんの元気サラダ	(3) 作り方 ①キャベツ、きゅうり、人参は千切りにし茹でて水冷する。 ②トマトは生食扱いで角切りにし、汁をきる。 ③コーンは茹でて水冷する。 ④ハムは蒸して冷ます。刻み昆布は戻してから茹でて水冷する。 ⑤かつおぶしはからいりして冷ます。 ⑥調味料を混ぜてドレッシングを作り、加熱後冷やす。 ⑦野菜と昆布をしぼって調味料で和える。 ⑧ハムとかつおぶしを混ぜてから配缶。 ⑨配缶後汁をきり、トマトを上からのせる。
(2) 1人分の材料	
キャベツ 15g   なたね油 1.35g	
きゅうり 7g   塩 0.14g	
トマト 5.5g   こしょう 0.01g	
人参 2.6g	
ロースハム 4g	
ホールコーン 3.2g	
刻み昆布 0.16g	
かつお刻みぶし 0.32g	
三温糖 0.02g	
米酢 1.55g	

## 3 給食で活用した地場産物（県内農林水産物）

品目	地場産物の割合（金額ベース）
米                   牛乳                   さつまいも           豚肉 人参                   キャベツ	71%

## 4 千産千消デーで実施した食に関する指導の概要

千葉県でとれた野菜や肉などを紹介する一口メモの校内放送
給食時間における学級訪問

## 5 11月の指導回数

18回
-----

## 6 その他

6月15日の千葉県民の日にあわせ、千葉県でとれる食材を使った献立を実施

# 千産千消デー実施報告書

学校名または共同調理場名

市川市立新浜小学校

## 1 献立

献立	
ご飯 牛乳 さんが焼き けんちん汁 しらすサラダ 味付き海苔	

## 2 地場産物を活用した料理のレシピ

(1) 料理名 さんが焼き	(3) 作り方 ①しそ、玉ねぎ、ねぎをみじん切りにする。 ②材料を混ぜる。 ③小判型に丸め、ごまをふる。 ④230度のオーブンで焼く。
(2) 1人分の材料 いわしすり身 16.86g 乾燥パン粉 3.62g 豚ひき肉 23g ごま 0.7g 卵 3.7g しそ 0.13g 生姜 0.96g ねぎ 5.06g 玉ねぎ 7.92g 白みそ 3.62g 醤油 0.36g 酒 0.96g みりん 0.49g	

## 3 給食で活用した地場産物（県内農林水産物）

品目	地場産物の割合（金額ベース）
大根 きゃべつ にんじん 味付き海苔 きゅうり 米 牛乳 いわしのすり身 豚ひき肉	48%

## 4 千産千消デーで実施した食に関する指導の概要

プリントによる地産地消についての説明（食品についての説明）
給食時間における学級訪問時に地産地消についての説明

## 5 11月の指導回数

12回
-----

## 6 その他

特になし

# 千産千消デー実施報告書

学校名または共同調理場名

市川市立百合台小学校  
市川市立東国分中学校

## 1 献立

献立	
ごはん	
牛乳	
納豆	
さばの生姜焼き	
豚汁	

## 2 地場産物を活用した料理のレシピ

<p>(1) 料理名 さばの生姜焼き</p> <p>(2) 1人分の材料</p> <p>さば 40g 酒 1.5g しょうが 1g しょうゆ 2.5g 本みりん 1.5g</p>	<p>(3) 作り方</p> <p>①さばに酒、しょうが汁、しょうゆ、本みりんで下味をつける。 ②①を焼く。</p>
---	--

## 3 給食で活用した地場産物（県内農林水産物）

品目	地場産物の割合（金額ベース）
米 牛乳 さば 豚肉 ほうれん草 里芋 大根 納豆	86%

## 4 千産千消デーで実施した食に関する指導の概要

校内放送や給食メモを活用し、地場産物や郷土料理について説明
給食の時間における学級訪問
献立表への記載
学校HPの活用
給食試食会

## 5 11月の指導回数

13回
-----

## 6 その他

9月に市川市産の「梨」、1月に行徳沖の「海苔」を地場産物として活用した。
12月の読書月間（テーマ：星、月、宇宙）に松戸市産の「松戸白宇宙かぼちゃ」をトーストで使用した。
1月～3月は市川市の農家の「長ネギ」を使用した。




# 千産千消デー実施報告書

学校名または共同調理場名

市川市立富美浜小学校

## 1 献立

献立	
いわしのかばやき丼 牛乳 さつまいも 千葉県産お米のムース	

## 2 地場産物を活用した料理のレシピ

(1) 料理名 いわしのかばやき丼 (2) 1人分の材料 精白米 68g いわし 2.2g 酒 1g 生姜 0.5g 片栗粉 8g みりん 2.2g しょうゆ 6.3g 酒 2.3g 水 10g 油 4g	(3) 作り方 ①いわしに、すりおろした生姜と酒で下味をつける。 ②さとう、みりん、しょうゆ、酒、水を加熱しタレを作る。 ③いわしを油で揚げる。 ④揚げたいわしに、②をかける。 ⑤ごはんの上に、いわしのかばやきをのせる。
--	---

## 3 給食で活用した地場産物（県内農林水産物）

品目	地場産物の割合（金額ベース）
米 牛乳 さつまいも ねぎ 小松菜 豚肉 いわし	96%

## 4 千産千消デーで実施した食に関する指導の概要

校内放送を活用し、千産千消について説明（千葉県は海、山それぞれからの食資源が豊富という内容）
給食の時間における学級訪問
給食委員会児童が、千産千消をPRするポスターを作成し、校内に掲示
給食当日に、千産千消について記入した献立ひとくちメモを作成し、各学級へ配付

## 5 11月の指導回数

10回
-----

## 6 その他


特になし

# 千産千消デー実施報告書

学校名または共同調理場名

市川市立柏井小学校  
市川市立第四中学校

## 1 献立

献立	
ご飯 牛乳 チキンソテーの梨ソースがけ 小松菜の海苔和え 千葉野菜のみそ汁 豆乳黒蜜ゼリー	

## 2 地場産物を活用した料理のレシピ

(1) 料理名 千葉野菜のみそ汁	(3) 作り方 ①だしを取る。 ②大根、人参、かぶはちょう切り、キャベツと油揚げは短冊切り、ねぎは小口切りにする。 ③火の通りにくい食材から入れる。 ④食材に火が通ったらみそを入れる。
(2) 1人分の材料 大根 10g 人参 5g キャベツ 10g かぶ 8g ねぎ 3g 油揚げ 4g 削り節 2g 赤みそ 4.25g 白みそ 4.25g 水 120g	

## 3 給食で活用した地場産物（県内農林水産物）

品目	地場産物の割合（金額ベース）
米 牛乳 ねぎ 小松菜 もやし 海苔 大根 キャベツ かぶ	86%

## 4 千産千消デーで実施した食に関する指導の概要

各クラスへ給食メモの配付
校内放送を活用し、地産地消について説明

## 5 11月の指導回数

8回
----

## 6 その他

特になし

# 千産千消デー実施報告書

学校名または共同調理場名

市川市立大洲小学校  
市川市立大洲中学校

## 1 献立

献立	
さつま芋ごはん	
牛乳	
いわしのカレー揚げ	
磯和え 豚汁	

## 2 地場産物を活用した料理のレシピ

<p>(1) 料理名 いわしのカレー揚げ</p> <p>(2) 1人分の材料</p> <p>いわしフィレ 25g しょう油 2.7g みりん 0.7g 酒 0.7g 生姜 1g 片栗粉 6.8g カレー粉 0.4g 揚げ油</p>	<p>(3) 作り方</p> <p>①生姜をすりおろしてしぼり、生姜汁を作る。 ②しょうゆ、酒、みりん、①の混ぜ合わせた調味液にいわしを浸し、下味をつける。 ③片栗粉とカレー粉をまぜ、②のいわしをまぶす。 ④180℃の揚げ油で揚げる。</p>
---	---

## 3 給食で活用した地場産物（県内農林水産物）

品目				地場産物の割合（金額ベース）
米	さつま芋	いわし	ほうれん草	74%
もやし	長ねぎ	にんじん	のり	
豚肉	大根	牛乳		

## 4 千産千消デーで実施した食に関する指導の概要

お昼の放送で、千葉県産の野菜やお米の紹介
6年生家庭科の授業で、千産千消について触れた
給食だよりを活用し家庭への啓発
学校運営協議会や給食試食会で、千葉県産の野菜や米の紹介

## 5 11月の指導回数

14回
-----

## 6 その他

9月に市川市産の梨を使用した。また、3年生の社会科で「梨ができるまで」の話をし、その様子をホームページで紹介し地域・家庭への啓発をおこなった。
1月に市川の行徳でとれた海苔を使用した。



# 千産千消デー実施報告書

学校名または共同調理場名

市川市立幸小学校

## 1 献立

献立	
ごはん 蓮の和風ハンバーグ コーンソテー 千葉の恵みの味噌汁 牛乳	

## 2 地場産物を活用した料理のレシピ

(1) 料理名 千葉の恵みの味噌汁	(3) 作り方 ①だしをとる。 ②かぶ葉、小松菜は茹でて冷却する。 ③だして野菜を煮る。 ④溶いたみそを入れ、ねぎ、かぶ、小松菜、かぶ葉を入れる。
(2) 1人分の材料 さつまいも 9.8g かぶ 9.8g かぶ葉 2.8g にんじん 2.8g 長ねぎ 7g 油揚げ 4.2g 赤みそ 4.5g 白みそ 4.5g お湯 120g さばぶし 2.8g	

## 3 給食で活用した地場産物（県内農林水産物）

品目	地場産物の割合（金額ベース）
米 牛乳 にんじん かぶ かぶ葉 長ねぎ 小松菜 豚肉	70%

## 4 千産千消デーで実施した食に関する指導の概要

校内放送を活用し、地産地消について説明
給食時間における学級訪問
一口メモを作成し、各クラスで指導実施
掲示物の作成

## 5 11月の指導回数

19回
-----

## 6 その他

特になし

# 千産千消デー実施報告書

学校名または共同調理場名

市川市立新井小学校

## 1 献立

献立	
さつまいもパン 牛乳 船橋でとれたぼらのフライ 焼き肉サラダ ABCスープ りんご	

## 2 地場産物を活用した料理のレシピ

(1) 料理名 船橋でとれたぼらのフライ (2) 1人分の材料 ポラ            30g 酒                2g 薄力粉          2g パン粉          10g 油                2.5g 中濃ソース      2g	(3) 作り方 ①ぼらの切り身に酒を振っておき、打ち粉をする。 ②薄力粉と水を混ぜた衣を、ぼらにつける。 ③②にパン粉をまぶして、油で揚げる。 ④③に中濃ソースをかける。
--	---

## 3 給食で活用した地場産物（県内農林水産物）

品目	地場産物の割合（金額ベース）
さつまいも      ポラ              キャベツ          小松菜 小麦粉            牛乳	81%

## 4 千産千消デーで実施した食に関する指導の概要

給食の時間における放送
給食時間中の教室訪問
廊下の掲示物（県内産を使った日と地域の紹介）

## 5 11月の指導回数

12回
-----

## 6 その他

特に無し

# 千産千消デー実施報告書

学校名または共同調理場名

市川市立南新浜小学校

## 1 献立

献立	
ごはん 牛乳 いわしのさんが焼き 青菜の磯あえ きのこけんちん汁	

## 2 地場産物を活用した料理のレシピ

(1) 料理名 いわしのさんが焼き	(3) 作り方 ①ねぎはみじん切り、生姜はすりおろす。 ②ごま以外の材料を全て混ぜ合わせる。 ③小判型に成形し、ごまをふりオーブンで焼く。
(2) 1人分の材料 いわしすり身 28g 酒 1.3g ぶた挽肉 15g 炒りごま 0.5g 長ねぎ 4.5g 生姜 0.45g たまご 4.1g みそ 3.2g 生パン粉 4.3g しょう油 0.15g 砂糖 0.45g みりん 0.3g	

## 3 給食で活用した地場産物（県内農林水産物）

品目	地場産物の割合（金額ベース）
米 牛乳 いわしすり身 ぶた挽肉 たまご のり 長ねぎ 小松菜 きゃべつ	71%

## 4 千産千消デーで実施した食に関する指導の概要

給食一口メモを配付し郷土料理について周知
給食時間の放送で地場産物、千産千消について説明
給食時間巡回時に郷土料理や千葉県産食材について説明

## 5 11月の指導回数

18回
-----

## 6 その他

特になし



# 千産千消デー実施報告書

学校名または共同調理場名

市川市立大野小学校

## 1 献立

献立	
ごはん	
牛乳	
さんが焼き	
小松菜の海苔おかか和え 千葉のけんちん汁	

## 2 地場産物を活用した料理のレシピ

<p>(1) 料理名                   さんが焼き</p> <p>(2) 1人分の材料</p> <p>いわしのすり身 23g 豚ひき肉 23g しょうが 0.7g 長ねぎ 5g 白みそ 2.23g パン粉 5.25g おから 3.66g 酒 0.36g みりん 0.36g 白いりごま 0.89g</p>	<p>(3) 作り方</p> <p>①生姜はおろし、長ねぎはみじん切りにする ②すべての材料をよく混ぜる ③鉄板へ②を広げる ④オーブンで焼く ⑤切り分ける</p>
---	--

## 3 給食で活用した地場産物（県内農林水産物）

品目	地場産物の割合（金額ベース）
米                    牛乳                    豚肉                    長ねぎ 小松菜                にんじん                海苔                    大根	73%

## 4 千産千消デーで実施した食に関する指導の概要

給食時間の校内放送で千産千消について説明
給食掲示板に千葉県産の食材、千産千消についての説明を掲示
給食時間に学級訪問し、地場産の説明

## 5 11月の指導回数

20回
-----

## 6 その他

6月の県民の日に合わせて、千葉の郷土料理や地場産物を使った献立の実施
9月に市川の特産である梨を提供

# 千産千消デー実施報告書

学校名または共同調理場名

市川市立塩焼小学校

## 1 献立

献立	
黒米いもごはん いなだカツ 磯和え 豚汁 牛乳	

## 2 地場産物を活用した料理のレシピ

(1) 料理名 いなだカツ	(3) 作り方 ① いなだは骨なしの切り身を使用。食塩、酒で下味をつけておく。 ② パン粉は、生と乾燥を同量合わせて使用。薄力粉を適量の水を加えどろを作る。 ③ ①のいなだに、②のどろ⇒パン粉をつけ、揚げ油で揚げる。 ④ 中濃ソースとウスターソースを2：1の割合で合わせ加熱しておく。 ⑤ ③に④をかけて出来上がり。
(2) 1人分の材料 いなだ 40g 食塩 0.4g 酒 1.5g 薄力粉 7.5g パン粉(乾燥) 5g パン粉(生) 5g 揚げ油 3g 中濃ソース 2g ウスターソース 1g	

## 3 給食で活用した地場産物（県内農林水産物）

品目	地場産物の割合（金額ベース）
米 小松菜 さつまいも にんじん 豚肉 いなだ 大根 牛乳	83%

## 4 千産千消デーで実施した食に関する指導の概要

校内放送にて、千産千消について説明
クラス配付の給食メモで、いきいきちばっ子の農産物マップを活用し、千産千消について説明
6年家庭科の授業の際に、千産千消について説明

## 5 11月の指導回数

25回
-----

## 6 その他

1月に地元の漁協と連携して給食で行徳ノリを提供
9月に地元特産の梨を給食で提供。3年生の授業でも梨の栄養や料理について説明した。

# 千産千消デー実施報告書

学校名または共同調理場名

市川市立稲越小学校  
市川市立須和田の丘支援学校稲越校

## 1 献立

献立	
ごはん	
牛乳	
いわしのかば焼き	
小松菜とツナの和えもの	
豚汁	

## 2 地場産物を活用した料理のレシピ

(1) 料理名 豚汁	(3) 作り方 ①出汁をとり、豚肉に酒をふる。豆腐は角切り、さつまいも・人参・大根はいちょう切り ごぼうはさがき、ねぎは小口切りにする。 ②小松菜は2cm幅に切り、下茹でする。 ③油で、豚肉とごぼうを炒める。 ④出し汁に固い野菜から順番に入れていく。 ⑤みそを溶いてから加え、調味料を入れていく。 ⑥豆腐を入れしばらく煮て、最後に②を入れ仕上げる。
(2) 1人分の材料	
豚肉 8g 赤みそ 4g	
清酒 0.8g 白みそ 3g	
なたね油 0.7g かつお節厚削り 2.8g	
さつまいも 10g だし昆布 0.2g	
人参 5g お湯 80g	
大根 8g 液体塩こうじ 0.3g	
ごぼう 5g みりん 0.8g	
ねぎ 5g	
もめん豆腐 12g	
小松菜 4g	

## 3 給食で活用した地場産物（県内農林水産物）

品目	地場産物の割合（金額ベース）
米 牛乳 のり 小松菜 人参 豚肉 さつまいも	76%

## 4 千産千消デーで実施した食に関する指導の概要

給食時間に配付するおたよりに千産千消デーの意味や千葉の農産物について記載
上記の内容を給食委員会の児童がお昼の校内放送で説明
給食黒板に千葉県産のお米について掲示
献立表に千産千消デーの説明を記載、また給食だよりで地場産物のよさを紹介
給食時間における学級訪問

## 5 11月の指導回数

10回
-----

## 6 その他

6月に1年生のクラスで千葉県産の枝豆のさやとりを行い、大豆についても説明をした。
9月に近所の梨園から梨を仕入れて給食で提供。また3年生が梨園と交流し、道の駅で梨アンケートを行った。



# 千産千消デー実施報告書

学校名または共同調理場名

市川市立大和田小学校

市川市立第六中学校

## 1 献立

献立	
牛乳	
ご飯	
いなだの和風ソース	
しらたきソテー	
フルーツポンチ	

## 2 地場産物を活用した料理のレシピ

<p>(1) 料理名 いなだの和風ソース</p> <p>(2) 1人分の材料</p> <p>いなだ 40g 酒 0.5g しょうが汁(下味) 0.4g しょうゆ(下味) 0.6g 酒(下味) 1.25g 澱粉 4g 揚げ油 4g だいこん 20g みりん 1.6g 砂糖 0.4g しょうゆ 1.7g</p>	<p>(3) 作り方</p> <p>①いなだに下味をつける ②澱粉をまぶして揚げる ③水分を切ったおろし大根でソースを作る ④配缶してソースをかける</p>
--	--

## 3 給食で活用した地場産物（県内農林水産物）

品目	地場産物の割合（金額ベース）
米 牛乳 にんじん ぶた肉 イナダ	63%

## 4 千産千消デーで実施した食に関する指導の概要

校内放送を活用し、献立について説明
給食の時間における学級訪問
給食室だよりにて、今日の地場産物についての紹介

## 5 11月の指導回数

20回
-----

## 6 その他


本市の特産である梨を給食で提供した(9月)
本市の地場産物である生海苔を給食で提供(1月)
給食室だよりにて今日の地場産物についての紹介

# 千産千消デー実施報告書

学校名または共同調理場名

市川市立妙典小学校

## 1 献立

献立	
ごはん	
牛乳	
行徳のりのつくだに	
あじのみりんぼし	
ほうれんそうとささみの和え物 とりつくね汁	

## 2 地場産物を活用した料理のレシピ

<p>(1) 料理名 行徳のりのつくだに</p> <p>(2) 1人分の材料</p> <table border="0"> <tr><td>板のり</td><td>1.5 g</td></tr> <tr><td>水</td><td>8 g</td></tr> <tr><td>本みりん</td><td>1 g</td></tr> <tr><td>しょうゆ</td><td>1.8 g</td></tr> <tr><td>砂糖</td><td>1.6 g</td></tr> <tr><td>食塩</td><td>0.04 g</td></tr> <tr><td>酒</td><td>0.5 g</td></tr> </table>	板のり	1.5 g	水	8 g	本みりん	1 g	しょうゆ	1.8 g	砂糖	1.6 g	食塩	0.04 g	酒	0.5 g	<p>(3) 作り方</p> <p>①板のりはちぎり、たっぷりの水でもどす。</p> <p>②調味料を加えて煮詰める。</p> <p>③味を調べて完成。</p>
板のり	1.5 g														
水	8 g														
本みりん	1 g														
しょうゆ	1.8 g														
砂糖	1.6 g														
食塩	0.04 g														
酒	0.5 g														

## 3 給食で活用した地場産物（県内農林水産物）

品目	地場産物の割合（金額ベース）								
<table border="0" style="width: 100%;"> <tr> <td style="text-align: center;">米</td> <td style="text-align: center;">牛乳</td> <td style="text-align: center;">にんじん</td> <td style="text-align: center;">ほうれん草</td> </tr> <tr> <td style="text-align: center;">ながねぎ</td> <td style="text-align: center;">だいこん</td> <td style="text-align: center;">板のり</td> <td style="text-align: center;">あじ</td> </tr> </table>	米	牛乳	にんじん	ほうれん草	ながねぎ	だいこん	板のり	あじ	74%
米	牛乳	にんじん	ほうれん草						
ながねぎ	だいこん	板のり	あじ						

## 4 千産千消デーで実施した食に関する指導の概要

給食時間の放送で、千産千消デーや当日の地場産使用食材についてお知らせ
給食だよりに千産千消について掲載
千葉県の地場産食材についての掲示物を作成
当日の給食に使用している地場産食材についての掲示物を毎日作成
給食時間にクラス巡回中に、千産千消や食材についての説明

## 5 11月の指導回数

35回
-----

## 6 その他

2月に市川産のノリの提供及び、ノリすき体験を実施

# 千産千消デー実施報告書

学校名または共同調理場名

市川市立塩浜学園

## 1 献立

献立	
牛乳 ごはん 沢煮椀 ぼらの和風おろしソース おかか和え お米のムース	

## 2 地場産物を活用した料理のレシピ

(1) 料理名 ぼらの和風おろしソース (2) 1人分の材料 ぼら 40g 片栗粉 4g 揚げ油 大根 20g しめじ 15g こねぎ 1g しょうゆ 3g みりん 2.2g 酒 0.8g 砂糖 0.6g	(3) 作り方 ①ぼらを片栗粉をまぶして、油で揚げる。 ②大根はすりおろし、しめじは小房に分け、こねぎは小口切りにする。 ③大根おろし・しめじ・こねぎと調味料を加熱し、ソースを作る。 ④油で揚げたぼらに、③のソースを上からかけて完成。
--	---

## 3 給食で活用した地場産物（県内農林水産物）

品目	地場産物の割合（金額ベース）
米 豚肉 みつば ぼら 大根 キャベツ 牛乳 お米のムース	56%

## 4 千産千消デーで実施した食に関する指導の概要

校内放送を活用し、地産地消について説明（給食ひとくちメモの放送）
給食の時間における学級訪問

## 5 11月の指導回数

12回
-----

## 6 その他

特になし



# 千産千消デー実施報告書

学校名または共同調理場名

市川市立第二中学校

## 1 献立

献立	
ご飯 牛乳 さつまいものチーズ巻き ちば野菜の具だくさんみそ汁 ひじきの梅煮 市川のなしゼリー	

## 2 地場産物を活用した料理のレシピ

(1) 料理名 さつまいものチーズ巻き	(3) 作り方 ①さつまいも、チーズを豚肉で巻く ②こしょうをふる ③オーブンで焼く ④たれをつくる ⑤バットに配缶し④をかける
(2) 1人分の材料 豚モモ肉 40g こしょう 0.05g チーズ 20g さつまいも 20g しょうゆ 2.4g みりん 2.4g	

## 3 給食で活用した地場産物（県内農林水産物）

品目	地場産物の割合（金額ベース）
米 なしピューレ 豚もも肉 牛乳 大根 さつまいも 人参 長ねぎ 小松菜	64%

## 4 千産千消デーで実施した食に関する指導の概要

校内放送を活用し、地産地消について説明（旬の食べ物は栄養が豊富にある）
給食の時間における学級訪問
家庭科の授業（1日分の献立をたてよう）時に地産地消について説明

## 5 11月の指導回数

16回
-----

## 6 その他


千葉県民の日に合わせて、千葉県でとれる食材や千葉県の郷土料理を提供した。

# 千産千消デー実施報告書

学校名または共同調理場名

市川市立第五中学校

## 1 献立

献立	
さつまいもパン 牛乳 ポークピカタ 大根サラダ ABCスープ	

## 2 地場産物を活用した料理のレシピ

(1) 料理名 ポークピカタ (2) 1人分の材料 豚肉 50g 上白糖 1.5g 塩 0.25g こしょう 0.01g 酒 1.5g 薄力粉 6g たまご 20g パセリ 0.05g ケチャップ 4g 中濃ソース 1g 赤ワイン 1.5g	(3) 作り方 ①肉に塩・こしょう・酒で下味をつける。 ②たまごを溶きほぐし、パセリを加える。 ③肉に薄力粉・②の順で衣をつけて焼く。 ④ケチャップ・中濃ソース・ワイン・上白糖を合わせて火にかけ、ソースを作る。 ⑤肉が焼き上がったなら配缶し、④のソースをかける。
--	--

## 3 給食で活用した地場産物（県内農林水産物）

品目	地場産物の割合（金額ベース）
さつまいも 牛乳 豚肉 大根 キャベツ にんじん	71%

## 4 千産千消デーで実施した食に関する指導の概要

給食時間における学級訪問

## 5 11月の指導回数

3回
----

## 6 その他

特になし

# 千産千消デー実施報告書

学校名または共同調理場名

市川市立第七中学校

## 1 献立

献立	
さつまいご飯 牛乳 鰯の蒲焼き ピーナッツ和え 千葉の恵みそ汁 みかん	

## 2 地場産物を活用した料理のレシピ

(1) 料理名 ピーナッツ和え (2) 1人分の材料 小松菜 15g もやし 30g 人参 10g ピーナッツバター 1g ピーナッツ粉末 2g 三温糖 2g 濃い口醤油 2g	(3) 作り方 ①小松菜を茹で、冷却し、2.5cm幅に切る。 ②人参は千切りに切り、茹で冷却する。 ③もやしはそのまま茹でて、冷却する。 ④ピーナッツバターから濃い口醤油を合わせてタレを作る。 ⑤①～③の野菜と④のタレを合わせてよく和える。
---	---

## 3 給食で活用した地場産物（県内農林水産物）

品目	地場産物の割合（金額ベース）
米 牛乳 小松菜 大根 長葱 落花生 鰯 豚肉	65%

## 4 千産千消デーで実施した食に関する指導の概要

お昼の校内放送を活用し、地産地消について紹介
給食の時間に教室を訪問し、使用食材と地産地消の説明
献立表へ地産地消（千産千消）について記載
給食のワゴンに、地産地消についてのお便りをのせて説明、教室に掲示

## 5 11月の指導回数

23回
-----

## 6 その他

特になし



# 千産千消デー実施報告書

学校名または共同調理場名

市川市立下貝塚中学校

## 1 献立

献立	
牛乳 ごはん 豚肉のかりんとう揚げ 磯香和え つみれ味噌汁 一口いちご牛乳プリン	

## 2 地場産物を活用した料理のレシピ

(1) 料理名 磯香和え (2) 1人分の材料 もやし 10g こしょう 少々 ほうれんそう 15g キャベツ 13g えのき 2g きざみのり 0.5g 菜種油 1.3g 穀物酢 1.3g 三温糖 0.72g こいくちしょうゆ 1.45g 食塩 少々	(3) 作り方 ①油からこしょうまで混ぜ加熱し、ドレッシングを作る。のりはから煎りする。 ②ほうれん草・えのきは2.5cm幅、キャベツは短冊に切る。 ③野菜はをそれぞれ茹で、水冷する。 ④野菜とドレッシングを混ぜる。 ⑤最後にきざみのりを加え、さらに和える。
--	--

## 3 給食で活用した地場産物（県内農林水産物）

品目	地場産物の割合（金額ベース）
米 牛乳 ほうれんそう キャベツ もやし 豚肉 長ねぎ きざみのり 一口いちご牛乳プリン	69%

## 4 千産千消デーで実施した食に関する指導の概要

千産千消についての紹介と千葉県産食材を記載した給食一口メモをクラスに配付し、
校内放送でも紹介
給食の時間における学級訪問
献立表での周知と学校のHPでも紹介

## 5 11月の指導回数

20回
-----

## 6 その他

6月15日の県民の日に合わせ、千葉県の郷土料理を給食で提供した。
本市の地場産物である生のりを使った、のりの佃煮や味噌汁を作り提供した。

# 千産千消デー実施報告書

学校名または共同調理場名

市川市立南行徳中学校

## 1 献立

献立	
牛乳 ご飯 いわしのオスターソースフライ ベーコンと野菜のソテー さつまいもスープ	

## 2 地場産物を活用した料理のレシピ

(1) 料理名 さつまいもスープ	(3) 作り方 ①バターで玉葱とさつまいもを炒め、水分を加えて煮込む ②ミキサーにかけて滑らかにする ③調味料、牛乳、豆乳を加えて味を調える ④生クリームを加える
(2) 1人分の材料 バター 3g さつまいも 50g 玉葱 20g 水 33g 塩 0.7g こしょう 0.01g 白ワイン 0.9g 豆乳 25g 生クリーム 4.5g 牛乳 25g	

## 3 給食で活用した地場産物（県内農林水産物）

品目	地場産物の割合（金額ベース）
牛乳 キャベツ さつまいも いわし ねぎ 米	76%

## 4 千産千消デーで実施した食に関する指導の概要

献立表に記載
校内放送の活用し、地産地消について説明（千葉県産の食材についての紹介）

## 5 11月の指導回数

20回
-----

## 6 その他


特になし

# 千産千消デー実施報告書

学校名または共同調理場名

市川市立妙典中学校

## 1 献立

献立	
ご飯 牛乳 さつま芋のみそ汁 豚肉しょうが焼き丼 磯香和え	

## 2 地場産物を活用した料理のレシピ

(1) 料理名 磯香和え	(3) 作り方 ①きゅうりは縦2本スライスし、さらに斜めに切る（短冊切り）。 ②ほうれん草は2.5cm幅に切る。人参は千切りにする。 ③野菜はそれぞれ茹でて冷まし、水をよくしぼっておく。 ④ごま、のり、調味料もそれぞれ加熱し、冷ましておく。 ⑤野菜を混ぜ合わせ、ごまとのりを入れ、しょうゆと塩で調味する。
(2) 1人分の材料 きゅうり 12g ほうれん草 22g もやし 42g 人参 7g 白炒りごま 1g 刻みのり 1g しょうゆ 3g 塩 0.07g	

## 3 給食で活用した地場産物（県内農林水産物）

品目	地場産物の割合（金額ベース）
米 さつま芋 牛乳 ほうれん草 豚肉 刻みのり 小松菜	74%

## 4 千産千消デーで実施した食に関する指導の概要

給食だよりにて地産地消（千産千消）の説明
千葉県産食材の活用についてのプリント配付

## 5 11月の指導回数

20回
-----

## 6 その他

6月「房州びわ」の活用
7月千葉県産「すずき」の活用
9月「市川の梨」の活用



# 千産千消デー実施報告書

学校名または共同調理場名

市川市立福栄中学校  
市川市立福栄小学校

## 1 献立

献立	
ごはん 牛乳 チキンソテーの梨ソース 千葉野菜のみそ汁 海苔おかか和え	

## 2 地場産物を活用した料理のレシピ

(1) 料理名 海苔おかか和え	(3) 作り方 ①海苔・かつお節は加熱し、冷ます。 ②小松菜は2cmざく切りにし、茹でて水冷する。 ③にんじんはせん切りにし、茹でて水冷する。もやしも茹でて水冷する。 ④調味料を加熱し、冷ます。 ⑤野菜を④で和え、かつお節とのりを加える。
(2) 1人分の材料 小松菜 25g もやし 30g にんじん 5g かつお節 0.6g 刻みのり 0.4g 三温糖 0.5g しょうゆ 2.7g	

## 3 給食で活用した地場産物（県内農林水産物）

品目	地場産物の割合（金額ベース）
米 牛乳 梨 大根 かぶ さつまいも 小松菜 のり	86%

## 4 千産千消デーで実施した食に関する指導の概要

校内放送を活用し、千産千消についてや、当日の給食の食材で千葉県で育てられた食材について伝えた。
教室へ一口メモを配付

## 5 11月の指導回数

14回
-----

## 6 その他

特になし

# 千産千消デー実施報告書

学校名または共同調理場名

市川市立須和田の丘支援学校

## 1 献立

献立	
ごはん	
牛乳	
さつまいものチーズ巻き	
ひじきの梅煮	
千葉っ子つみれ汁	
梨ゼリー	

## 2 地場産物を活用した料理のレシピ

(1) 料理名 さつまいものチーズ巻き	(3) 作り方 ①豚肉に調味料で下味をつける。さつまいもは拍子木切りにし、蒸す。 ②肉でさつまいもとチーズを巻く。 ③オーブンで焼く。
(2) 1人分の材料 豚肉 30g しょうゆ 3g みりん 3g さつまいも 45g プロセスチーズ 7g	

## 3 給食で活用した地場産物（県内農林水産物）

品目	地場産物の割合（金額ベース）
米 牛乳 さつまいも にんじん 長ねぎ 梨ピューレ 大根	65%

## 4 千産千消デーで実施した食に関する指導の概要

給食だよりで地産地消や、千産千消デーの取り組みについて紹介
学校ホームページで千産千消デーの取り組みについて紹介
給食試食会で千産千消デーの取り組みについて紹介
千葉県の産物の掲示物を作成
毎日クラスに配付する給食メモで、その日の千葉県産の食材を紹介

## 5 11月の指導回数

14回
-----

## 6 その他

1月の学校給食週間に合わせ、市川市産の海苔を使用した献立を実施した。
9月に市川市産の梨を使った献立を3回提供した。