

# 千産千消デー実施報告書

学校名または共同調理場名 我孫子市立我孫子第一小学校

## 1 献立

献立	
<ul style="list-style-type: none"> <li>・麦ごはん</li> <li>・いわしのねぎソースがけ</li> <li>・小松菜ののり和え</li> <li>・かぶのみそ汁</li> <li>・ひとくちいちご牛乳プリン</li> </ul>	

## 2 地場産物を活用した料理のレシピ

<p>(1)料理名 「小松菜ののり和え」</p> <p>(2)1人分の材料</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・小松菜 (10g)</li> <li>・キャベツ (15g)</li> <li>・にんじん (5g)</li> <li>・もやし (15g)</li> <li>・コーン (10g)</li> <li>・刻みのり (0.5g)</li> <li>・しょうゆ (3g)</li> <li>・三温糖 (1g)</li> </ul>	<p>(3)作り方</p> <p>①野菜は洗い、それぞれの切り方で切る。 小松菜：1.5cm幅、キャベツ：1cm幅スライス、にんじん：せん切り</p> <p>②野菜類を茹でて温度を取り、冷却する。</p> <p>③のりと調味料で和える。</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）
牛乳(2) 米 麦 いわし 長ねぎ(2) 小松菜 キャベツ 刻みのり かぶ かぶの葉	84.7%

## 4 千産千消デーで実施した食に関する指導の概要

<ul style="list-style-type: none"> <li>・給食だより・給食メモの活用</li> <li>・献立表への記載</li> <li>・校内放送の活用</li> <li>・給食の時間の巡回訪問</li> <li>・特別支援学級での総合学習</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・HPの活用</li> </ul>
--	--

## 5 11月の指導回数

20回
-----

## 6 その他

--

# 千産千消デー実施報告書

学校名または共同調理場名 我孫子市立我孫子第二小学校

## 1 献立

献立	
<ul style="list-style-type: none"> <li>・麦ごはん</li> <li>・いわしのかば焼き</li> <li>・野菜ののり和え</li> <li>・かぶとさつまいものみそ汁</li> <li>・麦芽ゼリー</li> </ul>	

## 2 地場産物を活用した料理のレシピ

<p>(1)料理名 「 野菜ののり和え 」</p> <p>(2) 1人分の材料</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・こまつな ( 4g )</li> <li>・にんじん ( 4g )</li> <li>・キャベツ ( 15g )</li> <li>・もやし ( 25g )</li> <li>・コーン ( 4g )</li> <li>・きざみのり ( 0.2g )</li> <li>・かつお節 ( 0.2g )</li> <li>・うすくちしょうゆ ( 1.7g )</li> </ul>	<p>(3) 作り方</p> <p>①こまつな：1. 5cm幅、にんじん：せん切り、キャベツ：短冊切りにする。コーンは汁を切っておく。</p> <p>②野菜をゆでて冷やす。</p> <p>③のり、かつお節、しょうゆを野菜と混ぜ合わせる。</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 いわし こまつな にんじん キャベツ のり かぶ さつまいも	69.9%

## 4 千産千消デーで実施した食に関する指導の概要

<ul style="list-style-type: none"> <li>・給食メモによる千産千消デー・千葉県産食材の紹介</li> <li>・上記の給食メモの放送</li> <li>・地元産野菜 PR 動画の視聴</li> <li>・献立表への記載</li> </ul>
--

## 5 11月の指導回数

13回
-----


## 6 その他

月に1～3回程度、我孫子市産野菜の日を実施
-----------------------

# 千産千消デー実施報告書

学校名または共同調理場名 我孫子市立我孫子第三小学校

## 1 献立

献立	
<ul style="list-style-type: none"> <li>・ごはん</li> <li>・いわしのかば焼き</li> <li>・のり和え</li> <li>・さつまいもとかぶのみそ汁</li> <li>・ひとくちいちご牛乳プリン</li> <li>・牛乳</li> </ul>	

## 2 地場産物を活用した料理のレシピ

<p>(1)料理名 「いわしのかば焼き」</p> <p>(2) 1人分の材料</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・まいわし開き (50g)</li> <li>・おろししょうが (0.5g)</li> <li>・こいくちしょうゆ (2g)</li> <li>・酒 (1.1g) ・片栗粉 (8.5g)</li> <li>・揚げ油 (5g)</li> <li>・上白糖 (2.3g)</li> <li>・こいくちしょうゆ (3.4g)</li> <li>・かつおだし (9g)</li> <li>・本みりん (0.6g)</li> <li>・片栗粉 (0.3g) ・水 (0.5g)</li> <li>・白いりごま (0.6g)</li> </ul>	<p>(3) 作り方</p> <p>①いわしにおろししょうが、こいくちしょうゆ、酒で下味をつける。</p> <p>②①にでん粉をまぶし、油で揚げる (170℃5分程度)。</p> <p>③上白糖、しょうゆ、かつおだし、本みりんを合わせて煮立たせる。ごまを入れ、水溶き片栗粉でとろみをつける。</p> <p>④揚げたいわしに、③のたれをかける。</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、いわし、キャベツ、かぶ、さつまいも	62.0%

## 4 千産千消デーで実施した食に関する指導の概要

<ul style="list-style-type: none"> <li>・給食だよりでの千産千消デーの紹介</li> <li>・千葉県産食材を紹介した給食メモの配付</li> <li>・給食委員会による給食時間中の校内放送</li> <li>・給食時間中の巡回訪問と千産千消の良さについてのお話</li> <li>・ホームページでの紹介</li> </ul>
--

## 5 11月の指導回数

10回
-----

## 6 その他

<ul style="list-style-type: none"> <li>・市内全校で、月に1～2回「我孫子産野菜の日」を設け、地場産物の活用を図っている。</li> <li>・我孫子産の野菜を使用した皮むき体験やさやむき体験を行い、給食で使用している。</li> </ul>
--

# 千産千消デー実施報告書

学校名または共同調理場名 我孫子市立我孫子第四小学校

## 1 献立

献立	
<ul style="list-style-type: none"> <li>・ごはん</li> <li>・イワシのかば焼き</li> <li>・きゃべつと青菜の和え物</li> <li>・大根と里いものみそ汁</li> <li>・黒糖大豆</li> <li>・牛乳</li> </ul>	

## 2 地場産物を活用した料理のレシピ

<p>(1)料理名 「きゃべつと青菜の和え物」</p> <p>(2)1人分の材料</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・きゃべつ (25g)</li> <li>・こまつな (15g)</li> <li>・もやし (10g)</li> <li>・にんじん (9g)</li> <li>・しょうゆ (2.5g)</li> <li>・三温糖 (1g)</li> <li>・酢 (0.7g)</li> </ul>	<p>(3)作り方</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>①きゃべつ、こまつなは2cm幅に切る。にんじんはせん切りにする。</li> <li>②野菜を茹でて冷却する。</li> <li>③調味料を合わせて加熱し、冷却する。</li> <li>④野菜を調味料で和える。</li> <li>⑤温度計測する。</li> </ol>
---	--

## 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、イワシ、きゃべつ、こまつな、にんじん、だいこん、さといも、はくさい、ねぎ	96.4%

## 4 千産千消デーで実施した食に関する指導の概要

<ul style="list-style-type: none"> <li>・給食メモを配布し、千葉県産食材の周知を図った。</li> <li>・使用した千葉県産食材に関する掲示物を作成して掲示し、啓発活動を行った。</li> <li>・給食委員会による給食中の放送。</li> </ul>
--

## 5 11月の指導回数

10回
-----


## 6 その他

<ul style="list-style-type: none"> <li>・地元産野菜の日を設け、地場産物の啓発を行っている。</li> </ul>
--

# 千産千消デー実施報告書

学校名または共同調理場名 我孫子市立湖北小学校

## 1 献立

献立	
<ul style="list-style-type: none"><li>・牛乳</li><li>・麦ご飯</li><li>・いわしのかば焼き</li><li>・野菜ののり和え</li><li>・かぶのみそ汁</li><li>・芋おはぎ</li></ul>	

## 2 地場産物を活用した料理のレシピ

(1)料理名 「いもおはぎ」	(3)作り方
(2) 1人分の材料	①さつまいもをよく洗い皮をむく。(皮は好みで)
・さつまいも (35g)	②蒸してつぶしやすい大きさに切って、柔らかく蒸して熱いうちにつぶす。
・豆乳 (2g)	③豆乳と砂糖を混ぜ、さつまいもに加える。※ゆるくなりすぎないように少しずつ加える。
・きび砂糖 (3g)	④ゆであずきを人数分に等分する。
・ゆであずき (8g)	⑤さつまいもを丸め平らにして④をのせて丸く包む。
・きな粉 (1g)	⑥きな粉をまぶしてベーキングトレイ丸 A にのせて出来上がり。

## 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 キャベツ ほうれんそう のり かぶ こまつな さつまいも	87.7%

## 4 千産千消デーで実施した食に関する指導の概要

<ul style="list-style-type: none"><li>・給食一口メモの作成・配付</li><li>・校内放送を利用</li><li>・献立表への記載</li><li>・給食だよりへの記載</li></ul>
--

## 5 11月の指導回数

14回
-----

## 6 その他

<p>4年生が落花生を栽培しました。本校は農園ボランティアの方に恵まれている事もあり、今年は豊作でした。4年生児童から「またみそピーが食べたい。」「給食で使ってくれないかな？」との声をもらい学校農園で栽培収穫した落花生を11月10日に4年生児童と事務室、保健室登校の児童と共にさやむきをして、当日給食室で煎りみそピーにして全校児童と職員でいただきました。</p>
---

# 千産千消デー実施報告書

学校名または共同調理場名 我孫子市立布佐小学校

## 1 献立

献立	
<ul style="list-style-type: none"> <li>・牛乳</li> <li>・いわしの蒲焼き丼</li> <li>・野菜のごま和え</li> <li>・かぶのみそ汁</li> <li>・手作りプリン</li> </ul>	

## 2 地場産物を活用した料理のレシピ

<p>(1)料理名 「野菜のごま和え」</p> <p>(2) 1人分の材料</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・ほうれん草 (30g)</li> <li>・キャベツ (20g)</li> <li>・人参 (5g)</li> <li>・白いりごま (3g)</li> <li>・砂糖 (2g)</li> <li>・しょうゆ (3g)</li> </ul>	<p>(3) 作り方</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>①ほうれん草は2cm幅に切る。キャベツはざく切りに、人参は千切りにしておく。</li> <li>②しょうゆ・砂糖はひと煮立ちさせ、冷ましておく。</li> <li>③いりごまは炒った後に、よく擦っておく。</li> <li>④1の野菜を茹でて、冷ます。</li> <li>⑤野菜・調味料・ごまを合わせ、よく混ぜる。</li> </ol>
--	--

## 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（2）・いわし・ほうれん草・キャベツ・にんじん・かぶ・かぶのは・卵	79.9%

## 4 千産千消デーで実施した食に関する指導の概要

<ul style="list-style-type: none"> <li>・給食メモで「地産地消」の話と千葉県で生産されている食材の紹介…「千産千消」の説明をしました。</li> <li>・千葉県産の食材の説明をするために、「いきいきちばっこ」の「海の幸・山の幸」のページを活用しています。</li> <li>・栄養士の実習生へ「地産地消」と「千産千消」について意義について説明しました。</li> </ul>
---

## 5 11月の指導回数

12回
-----

## 6 その他

<p>春：地元野菜を活用した「そらまめのさやむき体験」・夏：地元野菜を活用した「とうもろこしの皮むき体験」を行っています。</p> <p>市内栄養士会の班別研修にて、地元産野菜の映像資料を作成し、現在研修班の所属校にて試験的に映像資料の視聴を行っています。</p>
--

# 千産千消デー実施報告書

学校名または共同調理場名 我孫子市立湖北台西小学校

## 1 献立

献立	
<ul style="list-style-type: none"> <li>・牛乳</li> <li>・ごはん</li> <li>・いわしのさんが焼き</li> <li>・野菜のりあえ</li> <li>・味噌けんちん汁</li> <li>・みかん</li> </ul>	

## 2 地場産物を活用した料理のレシピ

<p>(1)料理名 「いわしのさんが焼き」</p> <p>(2) 1人分の材料</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・鶏ひき肉 (20g)      ・しょうゆ (0.8g)</li> <li>・いわしのすり身 (25g) ・小麦粉 (3g)</li> <li>・長葱 (4g)            ・でんぷん (3g)</li> <li>・玉葱 (8g)            ・しその葉 (1枚)</li> <li>・にんじん (4g)</li> <li>・しょうが (0.5g)</li> <li>・たまご (5.5g)</li> <li>・みそ (3g)</li> </ul>	<p>3) 作り方</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>①長葱、玉葱、人参はみじん切りにする。</li> <li>②しょうがは、すりおろす。</li> <li>③材料を全て合わせてよくこねる。</li> <li>④小判型に成形し、しその葉1枚をのせてオーブンで焼く。</li> </ol>
--	---

## 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、精白米、いわし、ねぎ（2）、人参（3）里芋 ごぼう、ほうれんそう、きゃべつ、だいこん、こまつな、	63.0%

## 4 千産千消デーで実施した食に関する指導の概要

<ul style="list-style-type: none"> <li>・実施日に、クラスに配付している給食メモへ千産千消についての説明と千葉県産や我孫子産の野菜・さかななどの産物について紹介した。</li> <li>・クラスで、我孫子産のお米や野菜の動画を視聴した。</li> </ul>
--

## 5 11月の指導回数

12回
-----


## 6 その他

--

# 千産千消デー実施報告書

学校名または共同調理場名 我孫子市立高野山小学校

## 1 献立

献立	
<ul style="list-style-type: none"> <li>・牛乳</li> <li>・ご飯</li> <li>・いわしのかば焼き</li> <li>・ひじきとキャベツのサラダ</li> <li>・さつまい</li> <li>・みかん</li> </ul>	

## 2 地場産物を活用した料理のレシピ

<p>(1)料理名 「ひじきとキャベツのサラダ」</p> <p>(2) 1人分の材料</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・干しひじき (2g)</li> <li>・しょうゆ (1. 2g)</li> <li>・砂糖 (0. 5g)</li> <li>・みりん (1. 2g)</li> <li>・キャベツ (18g)</li> <li>・にんじん (9. 5g)</li> <li>・ハム 千切り (5. 5g)</li> <li>・ごま (1. 5g)</li> <li>・サラダ油 (0. 75g)</li> <li>・酢 (1. 8g)</li> <li>・塩 (0. 12g)</li> <li>・こしょう (0. 02g)</li> </ul>	<p>(3)作り方</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>①ひじきは戻して洗う。</li> <li>②キャベツは短冊切り、にんじんは千切りにする。</li> <li>③ごまはから煎りする。</li> <li>④ひじきをしょうゆ、砂糖、みりん、水適宜で煮て冷却する。</li> <li>⑤ハムは蒸して冷却する。</li> <li>⑥キャベツ、にんじんはボイルして冷却する。</li> <li>⑦サラダ油、酢、塩、こしょうを合わせてドレッシングを作り、ひじき、野菜、ハム、ごまを和える。</li> </ol>
---	--

## 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、ひじき、キャベツ、ねぎ、こまつな大根、さつまいも、にんじん（2）	69.0%

## 4 千産千消デーで実施した食に関する指導の概要

<ul style="list-style-type: none"> <li>・食育だよりで千産千消デーを周知 ・掲示物の作成</li> <li>・献立表への記載 ・ホームページで千産千消献立の紹介</li> <li>・給食メモで当日使われている千葉県産品を紹介</li> <li>・給食委員会が給食の時間に千産千消デーについて校内放送</li> <li>・地産地消ののぼりを立てて地場産物の使用を広報</li> </ul>
--

## 5 11月の指導回数

16回
-----

## 6 その他


<ul style="list-style-type: none"> <li>・給食委員会による千葉県産クイズの実施</li> <li>・授業実践</li> </ul>
--



# 千産千消デー実施報告書

学校名または共同調理場名 我孫子市立根戸小学校

## 1 献立

献立	
<ul style="list-style-type: none"> <li>・ 鰯のかば焼き丼</li> <li>・ 白菜の柚香漬け</li> <li>・ さつま汁</li> <li>・ いちごミルクプリン</li> <li>・ 牛乳</li> </ul>	

## 2 地場産物を活用した料理のレシピ

<p>(1)料理名「鰯のかば焼き丼」</p> <p>(2) 1人分の材料</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・ 米 (67g) 白ごま(2.4g)</li> <li>・ 鰯の開き (50g) 醤油(6.5g)</li> <li>・ 片栗粉 (5g)</li> <li>・ 揚げ油 (5g)</li> <li>・ 酒 (1.6g)</li> <li>・ みりん (1.6g)</li> <li>・ 三温糖 (6.5g)</li> <li>・ 根生姜 (1g)</li> </ul>	<p>(3)作り方</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>①米は1.3倍の水で炊飯する。</li> <li>②鰯は、片栗粉を付けて揚げる。</li> <li>③すりおろした根生姜と調味料を煮立てる。</li> <li>④揚げた②に③を絡めて、白いりごまをふる。</li> <li>⑤①にのせて食べる。</li> </ol>
---	---

## 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 鰯 きゅうり さつま芋 大根 人参 長葱 小松菜 いちごミルクプリン	83.0%

## 4 千産千消デーで実施した食に関する指導の概要

<ul style="list-style-type: none"> <li>・ 給食委員会の活動によるお昼の放送</li> <li>・ 我孫子地産地消ののぼりを持ちクラス訪問</li> <li>・ 献立表に記載して家庭への啓発</li> </ul>
---

## 5 11月の指導回数

36回
-----

## 6 その他

<ul style="list-style-type: none"> <li>・ 職員会議で職員に周知</li> <li>・ 授業で千産千消の食材を紹介 (5.6年家庭科 6年英語)</li> </ul>
--

# 千産千消デー実施報告書

学校名または共同調理場名 我孫子市立湖北台東小学校

## 1 献立

献立	
<ul style="list-style-type: none"><li>・ご飯</li><li>・かぶとさつま芋の味噌汁</li><li>・いわしのカレー竜田揚げ</li><li>・のり和え</li><li>・一口ミルクプリン</li><li>・牛乳</li></ul>	

## 2 地場産物を活用した料理のレシピ

(1)料理名 「いわしのカレー竜田揚げ」	(3)作り方 ①いわしにみりん・しょうゆ・塩・カレー粉で下味をつける。 ②①のいわしに片栗粉をまぶす。 ③170～175度に熱した油で6～7分揚げる。
(2)1人分の材料 ・まいわし (40g) ・みりん (0.5g) ・しょうゆ (0.2g) ・カレー粉 (0.36g) ・片栗粉 (0.36g) ・塩 (0.2g) ・揚げ油 適宜	

## 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・豆腐・キャベツ・白菜・小松菜・かぶ・さつまいも・ほうれんそう・長ねぎ・一口ミルクプリン・のり	98.2%

## 4 千産千消デーで実施した食に関する指導の概要

<ul style="list-style-type: none"><li>・給食メモ、給食だよりの活用</li><li>・献立表への記載</li><li>・校内放送の活用</li></ul>
--

## 5 11月の指導回数

18回
-----


## 6 その他

--

# 千産千消デー実施報告書

学校名または共同調理場名 我孫子市立新木小学校

## 1 献立

献立	
<ul style="list-style-type: none"> <li>・ ご飯</li> <li>・ いわしのかば焼き</li> <li>・ 野菜ののり和え</li> <li>・ さつま芋のみそ汁</li> <li>・ みかん</li> <li>・ 牛乳</li> <li>・ 煮干し</li> </ul>	

## 2 地場産物を活用した料理のレシピ

<p>(1)料理名 「 いわしのかば焼き 」</p> <p>(2)1人分の材料</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・ いわし開き (50g)</li> <li>・ かたくり粉 (9g)</li> <li>・ 揚げ油 (適量)</li> <li>・ 砂糖 (3.5g)</li> <li>・ しょうゆ (4.2g)</li> <li>・ みりん (2.2g)</li> <li>・ しょうが (0.2g)</li> </ul>	<p>(3)作り方</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>①いわしにかたくり粉をまぶし、油でからっと揚げる。</li> <li>②調味料を煮立ててたれを作り、かたくり粉でとろみをつける。</li> <li>③揚げたいわしにたれをからめる。</li> </ol>
--	--

## 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 こまつな にんじん(2) さつまいも ねぎ だいこん	80.4%

## 4 千産千消デーで実施した食に関する指導の概要

<ul style="list-style-type: none"> <li>・ 給食メモの配布</li> <li>・ 給食だよりでお知らせ</li> </ul>
---

## 5 11月の指導回数

5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 我孫子市立並木小学校

## 1 献立

献立	
<ul style="list-style-type: none"> <li>・ さつま芋おこわ</li> <li>・ 千葉県産かつおフライ</li> <li>・ のりあえ</li> <li>・ かぶのみそ汁</li> <li>・ 千葉県産お米のムース</li> </ul>	

## 2 地場産物を活用した料理のレシピ

<p>(1)料理名 「 さつま芋おこわ 」</p> <p>(2) 1人分の材料</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・ 精白米 (24g)</li> <li>・ もち米 (40g)</li> <li>・ さつまいも (23g)</li> <li>・ 水 (65g)</li> <li>・ 塩 (0.5g)</li> <li>・ 酒 (1.5g)</li> <li>・ 昆布 (0.1g)</li> </ul>	<p>(3) 作り方</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>①さつまいもは皮をむいて1cm角に切り水にさらす。</li> <li>②さつまいもと調味料、昆布を入れて炊飯する。</li> <li>③炊きあがったら全体を均一に混ぜて蒸らす。</li> </ol>
---	---

## 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 もち米 さつまいも かつお こまつな キャベツ のり かぶ お米のムース	82.9%

## 4 千産千消デーで実施した食に関する指導の概要

<ul style="list-style-type: none"> <li>・ 給食中の訪問による我孫子市産の米や千葉県産食材の周知</li> <li>・ 給食メモによる千葉県産の野菜や鰹、のり、デザート等の周知</li> <li>・ 給食委員会による給食中の放送</li> <li>・ 給食だよりを活用した千葉県産食材の紹介</li> </ul>
---

## 5 11月の指導回数

12回
-----


## 6 その他

<ul style="list-style-type: none"> <li>・ 我孫子産野菜の日(4・18日)には、生産者の名前や生産地名などを給食メモや放送で紹介した。</li> <li>・ 創立記念日(10日)には、我孫子市産のもち米を使ったお赤飯を炊き「お祝い献立」を実施した。</li> <li>・ はしの日(11日)には、地場産の大根や小松菜、ねぎを使った給食で箸の持ち方指導を行った。</li> <li>・ 和食の日(24日)には、千葉県産の鯛や大根、小松菜を使った「和食献立」で出汁の話をした。</li> </ul>
--

# 千産千消デー実施報告書

学校名または共同調理場名 我孫子市立布佐南小学校

## 1 献立

献立	
<ul style="list-style-type: none"> <li>・ ご飯</li> <li>・ 豚肉の生姜焼き</li> <li>・ もやしのおひたし</li> <li>・ みそ汁</li> <li>・ さつまいものごま団子</li> <li>・ 牛乳</li> </ul>	

## 2 地場産物を活用した料理のレシピ

<p>(1)料理名 「さつまいものごま団子」</p> <p>(2) 1人分の材料</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・ さつまいも (15g)</li> <li>・ 有塩バター (0.8g)</li> <li>・ 牛乳 (3g)      ・ 鶏卵 (4g)</li> <li>・ きび砂糖 (2.8g)</li> <li>・ 米粉 (6.7g)</li> <li>・ ベーキングパウダー (0.3g)</li> <li>・ 白いりごま (7g)   ・ 大豆油</li> </ul>	<p>(3) 作り方</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>①米粉とベーキングパウダーはよく混ぜておく。</li> <li>②さつまいもはよく洗い、皮付きのまま、適当な大きさに切り、やわらかく蒸す。</li> <li>③皮ごと熱いうちにつぶす。</li> <li>④③にバター、牛乳、鶏卵、きび砂糖を加えよく混ぜる。</li> <li>⑤①の粉類を加え、よく混ぜる。</li> <li>⑥丸めて周りにごまをまぶし、中温の油で揚げる。</li> </ol>
--	---

## 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    豚肩ロース肉    だいこん    小松菜    さつまいも 牛乳(2)    米粉    豆腐	88.9%

## 4 千産千消デーで実施した食に関する指導の概要

<ul style="list-style-type: none"> <li>・ 献立表への記載</li> <li>・ 給食メモ、校内放送で千葉県産食材の紹介</li> <li>・ 給食だより、HPで千産千消デーについて紹介</li> <li>・ 給食時間の指導（千産千消の良さについて）</li> <li>・ 掲示物の作成（千葉県の農業産出額全国ランキング）</li> <li>・ 職員への周知、啓発</li> </ul>
--

## 5 11月の指導回数

19回
-----

## 6 その他

<ul style="list-style-type: none"> <li>・ 米は年間を通じて我孫子市内で生産されたコシヒカリを使用している。</li> <li>・ 月に2回程度、『我孫子産野菜の日』を実施し、市内の直売所から野菜を購入している。（上記のことを児童に紹介している。）</li> <li>・ 我孫子市内産の野菜（そらまめ・とうもろこしなど）を使用した体験活動を行っている。</li> </ul>
--

# 千産千消デー実施報告書

学校名または共同調理場名 我孫子市立我孫子中学校

## 1 献立

献立	
<ul style="list-style-type: none"> <li>・牛乳</li> <li>・ご飯</li> <li>・鰯のねぎソースかけ</li> <li>・野菜の海苔わさび和え</li> <li>・さつま芋豚汁</li> <li>・早香</li> </ul>	

## 2 地場産物を活用した料理のレシピ

<p>(1)料理名 「野菜の海苔わさび和え」</p> <p>(2) 1人分の材料</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・きゃべつ (32.0g)</li> <li>・ほうれんそう (6.5g)</li> <li>・もやし (20.0g)</li> <li>・しょうゆ (3.0g)</li> <li>・砂糖 (1.3g)</li> <li>・酢 (2.6g)</li> <li>・油 (1.0g)</li> <li>・粉わさび (0.1g)</li> <li>・刻みのり (0.7g)</li> </ul>	<p>(3) 作り方</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>①きゃべつは短冊切り、ほうれん草は3cm幅、にんじんはせん切りにする。</li> <li>②野菜は茹でて冷却する。</li> <li>③粉わさびは水で溶き、他の調味料と合わせてドレッシングにする。</li> <li>④野菜の水気をしっかりと取り、ドレッシングであえる。</li> <li>⑤オーブンで焼いておいた刻みのりを和える。</li> </ol>
--	--

## 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、精白米、いわし、ねぎ（2）、きゃべつ、ほうれんそう、にんじん（2）、刻みのり、さつまいもだいこん	68.6%

## 4 千産千消デーで実施した食に関する指導の概要

<ul style="list-style-type: none"> <li>・給食メモでクラスに周知</li> <li>・校内放送で周知</li> <li>・給食だよりで千産千消の紹介、家庭用献立表に表記</li> <li>・HPで食材の産地と千産千消の紹介</li> </ul>
---

## 5 11月の指導回数

5回
----


## 6 その他

<ul style="list-style-type: none"> <li>・市内産の農産物使用日や品目について献立表、HPで周知</li> </ul>
---

# 千産千消デー実施報告書

学校名または共同調理場名 我孫子市立湖北中学校

## 1 献立

献立	
<ul style="list-style-type: none"> <li>・ごはん</li> <li>・いわしのさんが焼き</li> <li>・小松菜のマスタード和え</li> <li>・五目汁</li> <li>・りんご</li> </ul>	

## 2 地場産物を活用した料理のレシピ

<p>(1)料理名 「小松菜のマスタード和え」</p> <p>(2) 1人分の材料</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・小松菜 (20g) ・キャベツ (10g)</li> <li>・もやし (20g) ・にんじん (5g)</li> <li>・ツナ (6g) ・ごま (0.6g)</li> <li>・薄口醤油 (0.8g)</li> <li>・粒マスタード (2.2g)</li> <li>・しお (0.02g)</li> </ul>	<p>(3) 作り方</p> <p>①野菜は、洗って切る。茹でて冷却。ごまを炒る。ドレッシングをつくる。</p> <p>②釜に冷却した材料を入れ、水分をとる。</p> <p>③ツナとドレッシング、胡麻を合わせる。</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、いわしのすり身、長ねぎ、小松菜(2)、キャベツ、大根	51.0%

## 4 千産千消デーで実施した食に関する指導の概要

<ul style="list-style-type: none"> <li>・給食時間の給食メモ</li> <li>・給食時間の放送</li> <li>・地産地消と和食の掲示</li> <li>・職員への周知・啓発</li> </ul>
---

## 5 11月の指導回数

17回
-----


## 6 その他

<p>・千産千消デー以外にも地場産物づくりの日や「我孫子汁」「我孫子産米粉の〇〇」など、喫食者にわかるように使用している。</p>
---

# 千産千消デー実施報告書

学校名または共同調理場名 我孫子市立布佐中学校

## 1 献立

献立	
<ul style="list-style-type: none"> <li>・牛乳</li> <li>・ご飯</li> <li>・いわしフライ</li> <li>・こまつなのりあえ</li> <li>・さつまいも汁</li> <li>・千葉県産ひとくち牛乳プリン</li> </ul>	

## 2 地場産物を活用した料理のレシピ

<p>(1) 料理名 「いわしフライ」</p> <p>(2) 1人分の材料</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・いわし開き (50g)</li> <li>・塩 (0.17g)</li> <li>・こしょう (0.02g)</li> <li>・薄力粉 (6.01g)</li> <li>・卵 (2.32g)</li> <li>・水 (適量)</li> <li>・パン粉 (半生) (4.95g)</li> <li>・パン粉 (乾燥) (4.95g)</li> <li>・揚げ油 (5.1g)</li> <li>・中濃ソース (8g)</li> </ul>	<p>(3) 作り方</p> <p>小麦粉、卵、水を混ぜ合わせてバター液を作り、いわしをくぐらせてパン粉をまぶし、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）
牛乳 米 いわし 卵 こまつな のり さつまいも だいこん にんじんねぎ	65.6%

## 4 千産千消デーで実施した食に関する指導の概要

<ul style="list-style-type: none"> <li>・給食メモを配布し、千葉県産の食材や我孫子産の野菜の紹介をし、放送委員により給食中に放送した。</li> <li>・給食だよりに地産地消、食料自給率について記載した。</li> <li>・献立表に千産千消デーについて記載した。</li> </ul>
---

## 5 11月の指導回数

11回
-----

## 6 その他


<ul style="list-style-type: none"> <li>・特になし</li> </ul>
---



# 千産千消デー実施報告書

学校名または共同調理場名 我孫子市立湖北台中学校

## 1 献立

献立	
<ul style="list-style-type: none"><li>・牛乳</li><li>・鰯の蒲焼丼</li><li>・おかひじきのサラダ</li><li>・かぶの味噌汁</li><li>・黒糖落花生</li><li>・みかん</li></ul>	

## 2 地場産物を活用した料理のレシピ

<p>(1) 料理名 「黒糖落花生」</p> <p>(2) 1人分の材料</p> <ul style="list-style-type: none"><li>・落花生 (8.31g)</li><li>・黒砂糖 (1.48g)</li><li>・水 (0.80g)</li><li>・塩(0.04g)</li><li>・でん粉(0.10g)</li></ul>	<p>(3) 作り方</p> <ol style="list-style-type: none"><li>①落花生はオーブンで煎る。</li><li>②黒糖と水を煮立て塩を加えて細かく泡立った落花生を入れて絶えず掻き混ぜる。</li><li>③水分がなくなってきたら澱粉を振り入れ落花生がパラパラになるように掻き混ぜる。</li><li>④火を止めても暫く掻き混ぜてパラパラにする。</li></ol>
---	---

## 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、鰯、干ひじき、おかひじき、きゅうり キャベツ、かぶ、落花生	83.7%

## 4 千産千消デーで実施した食に関する指導の概要

<ul style="list-style-type: none"><li>・給食だよりや給食メモでの紹介</li><li>・献立表への記載</li><li>・学校HPへの掲載</li><li>・掲示板の活用</li></ul>
--

## 5 11月の指導回数

8回
----

## 6 その他

<ul style="list-style-type: none"><li>・特別支援学級の授業で育てた野菜を年間通して給食の食材として使用しています。そのことを、献立表や給食メモを通して伝えています。</li></ul>
---

# 千産千消デー実施報告書

学校名または共同調理場名 我孫子市立久寺家中学校

## 1 献立

献立	
<ul style="list-style-type: none"> <li>・ ご飯</li> <li>・ 味付け海苔</li> <li>・ さばの香味ソースがけ</li> <li>・ 小松菜とかまぼこの和え物</li> <li>・ さつま汁</li> <li>・ ひとくち牛乳プリン</li> <li>・ 牛乳</li> </ul>	

## 2 地場産物を活用した料理のレシピ

<p>(1) 料理名 「さつま汁」</p> <p>(2) 1人分の材料</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・ 豚バラ肉 (10g) ・ 油 (0.5g)</li> <li>・ さつまいも (29g) ・ 大根 (10g)</li> <li>・ にんじん (9g) ・ こんにゃく (8g)</li> <li>・ ほうれんそう (6g)</li> <li>・ だし節 (1.7g) ・ 水 (120g)</li> <li>・ みそ (11.5g)</li> </ul>	<p>(3) 作り方</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>①だし節でだしをとる。</li> <li>②豚肉を油で炒めてだしをはり、大根、にんじんを加えて煮る。</li> <li>③こんにゃくとさつまいもを加え、みそを溶き入れる。</li> <li>④下茹でしたほうれん草を散らす。</li> </ol>
---	--

## 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 牛乳プリン さば ねぎ (2) 小松菜 きゃべつ さつまいも 大根 豚肉	78.7%

## 4 千産千消デーで実施した食に関する指導の概要

<ul style="list-style-type: none"> <li>・ 給食だより、献立表で実施のお知らせ</li> <li>・ ランチメールで我孫子産野菜の紹介 ・ 給食時間の巡回訪問</li> <li>・ 千葉県産、我孫子産の農産物の掲示物の作成</li> <li>・ 放送委員会による千葉県産、我孫子産食材の紹介</li> </ul>
---

## 5 11月の指導回数

12回
-----

## 6 その他

<ul style="list-style-type: none"> <li>・ 我孫子産野菜の活用</li> </ul>
---

# 千産千消デー実施報告書

学校名または共同調理場名 \_\_\_\_\_ 我孫子市立白山中学校

## 1 献立

献立	
<ul style="list-style-type: none"> <li>・ごはん</li> <li>・いわしの蒲焼き</li> <li>・小松菜の海苔和え</li> <li>・さつま芋の味噌汁</li> <li>・ひとくち牛乳プリン</li> </ul>	

## 2 地場産物を活用した料理のレシピ

<p>(1)料理名 「いわしの蒲焼き」</p> <p>(2) 1人分の材料</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・いわし開き (50g)</li> <li>・片栗粉 (5g)</li> <li>・揚げ油 (4.6g)</li> <li>・三温糖 (5g)</li> <li>・濃口しょうゆ (4.5g)</li> <li>・みりん (2g)</li> <li>・しょうが (0.3g)</li> </ul>	<p>(3) 作り方</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>①いわしに片栗粉をまぶして油で揚げる。</li> <li>②しょうがはすりおろす。</li> <li>③三温糖・しょうゆ・みりん・しょうがを煮詰めタレをつくる。</li> <li>④揚げたいわしに③のタレをからめる。</li> </ol>
--	---

## 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・いわし開き・小松菜（2） にんじん・海苔・さつま芋・大根・ねぎ・ひとくち牛乳プリン	89.7%

## 4 千産千消デーで実施した食に関する指導の概要

<ul style="list-style-type: none"> <li>・給食メモで千産千消デーについて知らせ、当日に使用した千葉県産の食材と我孫子産野菜について紹介</li> <li>・昼の放送で千産千消・我孫子産野菜の日について紹介</li> <li>・給食だよりで千産千消についての紹介</li> <li>・学校ホームページで千産千消・我孫子産野菜について</li> </ul>
---

## 5 11月の指導回数

13回
-----

## 6 その他

--