

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	
牛乳	
麦ごはん	
ぶりフライ	
小松菜ののり和え	
かぶのみそ汁	
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

<p>(1) 料理名 かぶのみそ汁</p> <p>(2) 1人分の材料</p> <table border="0"> <tr> <td>かぶ</td> <td>28g</td> <td>みそ</td> <td>9g</td> </tr> <tr> <td>かぶの葉</td> <td>2g</td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>小松菜</td> <td>5g</td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>長ねぎ</td> <td>9g</td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>にんじん</td> <td>7g</td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>カットしめじ</td> <td>9g</td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>油揚げ</td> <td>4g</td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>水</td> <td>100g</td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>煮干し</td> <td>1g</td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>だし節</td> <td>2g</td> <td></td> <td></td> </tr> </table>	かぶ	28g	みそ	9g	かぶの葉	2g			小松菜	5g			長ねぎ	9g			にんじん	7g			カットしめじ	9g			油揚げ	4g			水	100g			煮干し	1g			だし節	2g			<p>(3) 作り方</p> <p>①かぶは皮をむかず、5mmのいちょう切り。小松菜・かぶの葉は1.5cm幅に切り下茹でする。にんじんは小いちょう、長ねぎは小口切りにする。</p> <p>②煮干しとだし節で出汁をとる。</p> <p>③出汁でにんじんを煮て、柔らかくなったらしめじ・油揚げを煮る。</p> <p>④かぶを入れ、柔らかくなったらねぎを加えて煮る。</p> <p>⑤みそで味付けをし、葉物を入れて仕上げる。</p>
かぶ	28g	みそ	9g																																						
かぶの葉	2g																																								
小松菜	5g																																								
長ねぎ	9g																																								
にんじん	7g																																								
カットしめじ	9g																																								
油揚げ	4g																																								
水	100g																																								
煮干し	1g																																								
だし節	2g																																								

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 小松菜 刻みのり	51%
かぶ にんじん	

4 千産千消デーで実施した食に関する指導の概要

給食中の校内放送を利用し、千産千消デーの周知。
給食メモを利用し、使用した地場産物の紹介。
職員会議で担任に周知し、目的を説明。
献立表に千産千消デーを記載し、給食日より特集記事を作成。

5 11月の指導回数

12回

6 その他

毎月「我孫子産野菜の日」を数回設定し、農家より納品していただいた野菜を使用している。
使用している米は通年、我孫子市でとれたコシヒカリを使用。
特別支援学級の児童が作った野菜（さつまいもや白菜等）を給食で使用。

千産千消デー実施報告書

学校名または共同調理場名

我孫子市立我孫子第二小学校

1 献立

献立	
牛乳	
麦ごはん	
いわしのオレンジ煮	
野菜ののり和え	
せんべい汁 ひとくち牛乳プリン	

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> <table border="0"> <tr><td>こまつな</td><td>5 g</td></tr> <tr><td>にんじん</td><td>5 g</td></tr> <tr><td>キャベツ</td><td>15 g</td></tr> <tr><td>もやし</td><td>20 g</td></tr> <tr><td>コーン缶</td><td>5 g</td></tr> <tr><td>こいくちしょうゆ</td><td>0.6 g</td></tr> <tr><td>ぎざみのり</td><td>0.4 g</td></tr> <tr><td>かつお節</td><td>0.2 g</td></tr> <tr><td>うすくちしょうゆ</td><td>1.7 g</td></tr> </table>	こまつな	5 g	にんじん	5 g	キャベツ	15 g	もやし	20 g	コーン缶	5 g	こいくちしょうゆ	0.6 g	ぎざみのり	0.4 g	かつお節	0.2 g	うすくちしょうゆ	1.7 g	<p>(3) 作り方</p> <p>①こまつな1.5cm幅、にんじん千切り、キャベツ短冊切りにし、野菜を全て下ゆでして冷却する。</p> <p>②野菜とこいくちしょうゆを混ぜ合わせてからしばらく置き、出てきた水分を捨てる。</p> <p>③のり、かつお節、うすくちしょうゆを野菜と混ぜる。</p>
こまつな	5 g																		
にんじん	5 g																		
キャベツ	15 g																		
もやし	20 g																		
コーン缶	5 g																		
こいくちしょうゆ	0.6 g																		
ぎざみのり	0.4 g																		
かつお節	0.2 g																		
うすくちしょうゆ	1.7 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）
牛乳 米 いわし こまつな キャベツ のり 大根	71%

4 千産千消デーで実施した食に関する指導の概要

給食メモでの千産千消デーの説明
給食メモの内容を校内放送
給食時間のクラス訪問
職員会議で千産千消デーについて職員に情報共有

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

我孫子市立我孫子第三小学校

1 献立

献立	
ごはん 牛乳 いわしの蒲焼き 野菜の海苔和え さつまいもとかぶのみそ汁 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 野菜の海苔和え	(3) 作り方 ①キャベツは短冊切り、にんじんは千切り、小松菜は2cm幅に切る。 ②①の野菜類ともやし、ホールコーンを茹でて冷却する。 ③こいくちしょうゆと本みりんを合わせて加熱し、冷ます。 ④刻み海苔とかつお刻み節をオープンで焼く。 ⑤野菜類と③のドレッシングを和える。 ⑥⑤に刻み海苔とかつお刻み節を加え混ぜる。
(2) 1人分の材料 キャベツ 12g にんじん 7g もやし 15g 小松菜 14g ホールコーン 5g こいくちしょうゆ 3g 本みりん 0.3g 刻み海苔 0.5g かつお刻み節 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 いわし にんじん 刻み海苔 鶏肉 さつまいも かぶ 長ねぎ ひとくちいちご牛乳プリン	87%

4 千産千消デーで実施した食に関する指導の概要

千葉県産食材を紹介した給食メモの配付
給食委員会による給食時間中の校内放送
給食時間中の教室巡回訪問と、地場産物についての紹介
ホームページでの紹介

5 11月の指導回数

14回

6 その他

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。
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。

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	
ごはん	
牛乳	
白樺派のカレー	
福神漬け	
キャベツと青菜のサラダ	
りんごゼリー	

2 地場産物を活用した料理のレシピ

(1) 料理名 白樺派のカレー	(3) 作り方
(2) 1人分の材料	①米、麦は洗米して分量の水で炊く。
精白米 70g にんにく 0.4g	②野菜は洗浄後、じゃがいもは一口大、玉ねぎは乱切り、にんじんは厚いちょうに切る。しょうがとにんにくはすりおろす。
大麦 5g 炒め用油 1g	③薄力粉をバターと米油で炒めてルウをつくる。
水 97g 食塩 0.6g	④釜に炒め用油を熱してしょうがとにんにくを炒める。香りが出たら肉と野菜を炒める。
鶏もも肉 30g こしょう 0.02g	⑤鶏がらスープと調味料を入れて煮る。
酒（下味） 1.8g ケチャップ 1.6g	⑥食材が煮えたらルウを入れ、温度計測して仕上げる。
じゃがいも 50g ウスターソース 2.5g	
玉ねぎ 55g おろしりんご 5g	
にんじん 17g 麦みそ 2g	
トマト 10g 薄力粉 5.5g	
しょうが 0.4g バター 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 はくさい しょうが	40%
牛乳	
キャベツ	
ほうれんそう にんじん にんにく	

4 千産千消デーで実施した食に関する指導の概要

掲示物、のぼり等を活用し、地産地消について説明した。
給食メモに地産地消について記載し、地場産物の説明をした。
事前に教職員に通知し、担任からの指導を促した。
地産地消と共にご当地料理の紹介をした。

5 11月の指導回数

16回

6 その他

10月の新米の時期に合わせ、地場産米の紹介をした。
毎月の地場産野菜使用給食の日に、掲示物やのぼり等を活用し、地場産の食材について説明した。

千産千消デー実施報告書

学校名または共同調理場名

我孫子市立湖北小学校

1 献立

献立	
牛乳 ごはん 海苔のつくだ煮 すずきの照り焼き もやしとおかひじきのサラダ さつまいものみそ汁 ひとくち牛乳ぷりん	

2 地場産物を活用した料理のレシピ

(1) 料理名 もやしとおかひじきのサラダ	(3) 作り方 ①野菜は茹でて冷やす。 ②もやしに少量の醤油をかけて揉み洗う。 ③もやし、おかひじき、にんじん、ツナを混ぜる。 ④調味料を合わせてドレッシングを作る。 ⑤野菜とドレッシングを和える。 ⑥ごまを合わせて混ぜる。
(2) 1人分の材料 もやし 40 g おかひじき 8 g にんじん 4 g ツナ 5.5 g きび砂糖 0.2 g しょうゆ 2 g 酢 1 g 油 0.3 g いりごま 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）
牛乳 おかひじき ひとくち牛乳プリン	92%
米 にんじん のり すずき さつまいも キャベツ	

4 千産千消デーで実施した食に関する指導の概要

献立表で周知した。
給食メモで全校児童に周知した。
給食の時間に放送で全校児童に周知した。
給食巡回の時に直接子どもたちに伝えた。

5 11月の指導回数

20回

6 その他

月に2回、市内の農家さんが育てた野菜を使用している。
年間通して米は我孫子市産を使用している。
我孫子市産の米粉を月に一度使用している。

千産千消デー実施報告書

学校名または共同調理場名

我孫子市立布佐小学校

1 献立

献立	
麦ごはん いわしのかば焼き 野菜のごま和え かぶのみそ汁 一口牛乳プリン 牛乳	

2 地場産物を活用した料理のレシピ

(1) 料理名 いわしのかば焼き	(3) 作り方 ①いわしにでんぷんをまぶして油で揚げる。 ②調味料を合わせてひと煮立ちさせてたれを作る。 ③いわしにたれをからめて配缶する。
(2) 1人分の材料 いわし開き 50 g でんぷん 5 g あげ油 2 g 三温糖 5 g 濃い口しょうゆ 5 g 水 4 g しょうが 0.3 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）
鰯 ほうれん草 にんじん キャベツ かぶ 米 牛乳プリン 牛乳	72%

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布
給食の時間における学級訪問
給食の写真を用いた食材の産地紹介

5 11月の指導回数

12回

6 その他

ホームページで給食の写真を掲載し、我孫子市産と千葉県産の食材を記載している。

千産千消デー実施報告書

学校名または共同調理場名

我孫子市立湖北台西小学校

1 献立

献立	
ごはん 牛乳 手作りのりのつくだ煮 豚肉と生あげの味噌炒め さつまいもとりんごの重ね煮	

2 地場産物を活用した料理のレシピ

(1) 料理名 手作りのりのつくだ煮	(3) 作り方 ①釜にきざみのりと水を入れてふやかす。 ②全体的に柔らかくなったら、調味料を加え火にかける。 ③煮詰める。柔らかく仕上げる。
(2) 1人分の材料 きざみのり 1.3 g 水 6.2 g こいくちしょうゆ 3 g きび砂糖 1.3 g 清酒 1.3 g 本みりん 2.45 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 きざみのり 豚肉 にんじん キャベツ ねぎ さつまいも	60%

4 千産千消デーで実施した食に関する指導の概要

給食委員会児童が放送で読み上げる原稿の作成（我孫子産米、地場産物について）
掲示物の作成（千葉県で収穫される食材について）
給食時間の学級訪問（千産千消献立について）
献立表に千産千消デーの記載、使用食材の説明
給食メモの作成（使用食材の説明）、学級での児童または担任による音読

5 11月の指導回数

16回

6 その他

米は1年間を通して我孫子市産を提供した。
農産物直売所を通して、月に1~3回我孫子市の地元農家から野菜を納品し、給食に提供した。
児童が我孫子市の田んぼで育てた米を給食で提供した。

千産千消デー実施報告書

学校名または共同調理場名

我孫子市立高野山小学校

1 献立

献立	
牛乳	
ごはん	
いわしのかば焼き	
ひじきとキャベツのサラダ	
さつまい	
ひとくちぶどうゼリー	

2 地場産物を活用した料理のレシピ

(1) 料理名 さつまい	(3) 作り方
(2) 1人分の材料	①豚肉は酒で下味をつけておく。
豚もも肉 9g 混合みそ 7g	②だし昆布とだし節でだしをとる。
酒 0.5g サラダ油 0.5g	③にんじん・だいこん・さつまいもはいちょう切り、ごぼうはささがき、 こんにゃくは色紙切り、豆腐はさいの目切り、ねぎは小口切り、 小松菜は2cm幅に切る。
にんじん 7g だし節 3g	④油で豚肉を炒める。
ごぼう 4g だし昆布 0.2g	⑤ごぼう、にんじん、だいこん、こんにゃくを加え炒める。
さつまいも 24g 水 80g	⑥だしを加えて煮る。途中でさつまいも、豆腐を加える。
だいこん 12g	⑦さつまいもに火が通ってきたらみそを溶き入れる。
こんにゃく 7g	⑧ねぎ、小松菜を加え仕上げる。
木綿豆腐 14g	
ねぎ 6g	
こまつな 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 にんじん こまつな	67%
いわし	
さつまいも	
ひじき だいこん	
キャベツ ねぎ	

4 千産千消デーで実施した食に関する指導の概要

給食メモ、校内放送を活用し千葉県産食材の紹介、千産千消についての紹介
給食時間に学級を訪問

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

我孫子市立根戸小学校

1 献立

献立	
牛乳 麦ご飯 鰯の蒲焼き 塩もみ お講汁 みかん	

2 地場産物を活用した料理のレシピ

(1) 料理名 鰯の蒲焼き	(3) 作り方 ①鰯の開きに片栗粉をまぶし、170度くらいの油で揚げる。 ②釜に調味料とおろししょうがを入れて煮立たせ、タレを作る。 ③揚げたての鰯をタレに絡めて、配缶する。
(2) 1人分の材料 鰯のひらき 40g 片栗粉 5g 揚げ油 4g 酒 1g みりん 0.8g 三温糖 3.7g しょうゆ 4.6g おろししょうが 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）
牛乳 米 鰯 きゅうり かぶ にんじん 長ねぎ 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

クラス配付の給食メモで地産地消について説明した。(食物自給率・海のもの、山のもの豊富な千葉県)
給食メモと同時に「いきいきちばっこ中学年・ゆたかなめぐみの千葉」をクラス配付した。
校内放送で「地産地消」について伝えた。

5 11月の指導回数

13回

6 その他

5月に市内農家のそらまめを納品してもらい、1年生に「そらまめのさやむき」をもらった。当日の給食で「ゆでそらまめ」として提供した。
年間通して、給食の米は我孫子産コシヒカリを使用している。
9月の新米切り替わりの時期には、給食メモで「新米ごはん」に切り替わりましたのお知らせをした。

千産千消デー実施報告書

学校名または共同調理場名

我孫子市立湖北台東小学校

1 献立

献立	
ご飯	
牛乳	
かぶとさつまいもの味噌汁	
いわしのカレー竜田揚げ	
磯香和え	
一口牛乳プリン	
ミルメーク (ココア)	

2 地場産物を活用した料理のレシピ

<p>(1) 料理名 いわしのカレー竜田揚げ</p> <p>(2) 1人分の材料</p> <p>いわし 40g みりん 0.5g しょうゆ 0.2g 食塩 0.2g カレー粉 0.36g かたくり粉 0.36g 揚げ油 適宜</p>	<p>(3) 作り方</p> <p>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のいわしにかたくり粉をまぶす。 ③170～175度に熱した油で6～7分揚げる。</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	牛乳	いわし	キャベツ	71%
小松菜	かぶ	さつまいも	ねぎ	
一口牛乳プリン	人参	のり		

4 千産千消デーで実施した食に関する指導の概要

・給食メモを出した。
・給食委員会と各クラスをまわり、給食時間に千産千消の説明をした。
・給食だよりを発行した。
・掲示物を配付した。
・学校ホームページを活用した。

5 11月の指導回数

26回

6 その他

・そらまめのさやむき、とうもろこしの皮むき体験授業
・月に1～2回「我孫子産野菜の日」に地元産野菜を使った給食を提供している。
・年間を通して我孫子産米を提供している。

千産千消デー実施報告書

学校名または共同調理場名

我孫子市立新木小学校

1 献立

献立	
牛乳	
煮干し	
ご飯	
味付け海苔	
ひじき入り卵焼き	
野菜のおかか和え	
いわしのつみれ汁	
バナナ	

2 地場産物を活用した料理のレシピ

(1) 料理名 ひじき入り卵焼き	(3) 作り方 ①ひじきは水もどして洗っておく。たまねぎ、にんじんはみじん切りにする。 ②油でひき肉とにんじん、たまねぎ、ひじきを炒めて、調味する。 ③溶き卵と②の具材を合わせ、紙カップに流し入れて万能ねぎを上からふる。 ④オーブンで焼く。
(2) 1人分の材料	
卵 46g 酒 0.2g	
たまねぎ 26g 万能ねぎ 1.5g	
にんじん 7g	
鶏むねひき肉 10g	
ひじき 0.8g	
油 0.9g	
塩 0.3g	
しょうゆ 0.8g	
みりん 0.2g	
三温糖 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）
牛乳 米 卵 ひじき にんじん いわし キャベツ 小松菜 大根 白菜	70%

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
給食メモで地産地消について説明
職員への周知・啓発

5 11月の指導回数

3回

6 その他

5月我孫子産そら豆のさやむきを2年生が実施。そら豆の収穫時の写真を児童に見せた。
7月我孫子産とうもろこしの皮むきを3年生が実施。農家の方をゲストティーチャーとして招き、むき方のコツや栽培について教わった。

千産千消デー実施報告書

学校名または共同調理場名

我孫子市立並木小学校

1 献立

献立	
牛乳	
さつまいもおこわ	
千葉県産かつおフライ	
のりあえ	
かぶのみそ汁	
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 のりあえ	(3) 作り方
(2) 1人分の材料	①小松菜、キャベツ、もやしはそれぞれ茹でて冷却する。
こまつな 20 g	②冷却した野菜に少量の醤油をまぶして水分をよく切る。
キャベツ 15 g	③コーン缶を開缶して水を切り、②と混ぜあわせる。
もやし 20 g	④のり、かつお節を散らしながら調味料と全体をあえる。
コーン 5 g	⑤温度確認して完成。
しょうゆ 2 g	
砂糖 0.5 g	
きざみのり 0.5 g	
かつお節 0.3 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）
牛乳 米 さつまいも かつお	93%
小松菜 キャベツ のり かぶ	
長ねぎ お米のムース	

4 千産千消デーで実施した食に関する指導の概要

給食時間中の放送で千産千消についての説明と使用した地場産物の紹介
給食時間における学級訪問で千産千消メニューの紹介
職員会議で担任に目的を周知し、各クラスでの指導を依頼

5 11月の指導回数

20回

6 その他

年間を通して、我孫子産コシヒカリを使用。我孫子産米の米粉も毎月1回程度でケーキなどに使用している。
我孫子産野菜の日を毎月2～3回の頻度で設定し、地場産物直売所から納品してもらい給食に使用している。
1学期に我孫子産の空豆、枝豆、とうもろこし等を給食に使用し、鞘剥きや皮むきのお手伝いを児童にしてもらった。

千産千消デー実施報告書

学校名または共同調理場名

我孫子市立布佐南小学校

1 献立

献立	
ごはん	
牛乳	
スズキのチーズ焼き	
さつまいものサラダ	
みそ汁	
黒糖ピーナッツ	

2 地場産物を活用した料理のレシピ

<p>(1) 料理名 スズキのチーズ焼き</p> <p>(2) 1人分の材料</p> <p>スズキ 50g しょうゆ 1g 塩糀 2.5g ミニトマト 10g スライスチーズ 6g</p>	<p>(3) 作り方</p> <p>①しょうゆと塩糀を混ぜて、スズキにからめ、味付けする。 ②ミニトマトはへたをとってよく洗い、縦半分に切る。スライスチーズも半分切る。 ③オーブンの天板にスズキを並べ、180℃くらいのオーブンで焼く。 ④ほぼ火が通ったら、ミニトマト(2切=1個分)、チーズ(1切=1/2枚)をのせる。 ⑤再度、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 ミニトマト さつまいも にんじん きゅうり だいこん 小松菜 長ねぎ 豆腐 煎り落花生 スズキ	81%

4 千産千消デーで実施した食に関する指導の概要

給食メモ、校内放送で千葉県産食材の紹介
献立表、給食だより、HPで千産千消デーについて紹介
給食時間の指導（千産地消の良さについて）
掲示物（千葉県の農業産出額全国ランキング）の作成、リーフレット（千葉自賛 自慢したい千葉がある）の配付
職員への周知・啓発（担任に目的を周知し、各クラスで指導してもらう）

5 11月の指導回数

24回

6 その他

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。
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。
我孫子市内産の野菜（そらまめ・とうもろこし・枝豆）を使用した体験活動を行っている。

千産千消デー実施報告書

学校名または共同調理場名

我孫子市立我孫子中学校

1 献立

献立	
牛乳 ご飯 いわしのねぎソースかけ 野菜の海苔わさび和え さつまい 早香	

2 地場産物を活用した料理のレシピ

(1) 料理名 野菜の海苔わさび和え	(3) 作り方 ①きゃべつ、にんじんは細めの短冊切り、ほうれん草は3cm程度に切る。 ②野菜はそれぞれ茹でて冷却し、海苔はオーブンで焼いておく。 ③粉わさびは水で溶き、他の調味料とあわせてたれを作っておく。 ④野菜の水けをしっかりと切り、③のたれを合わせる。 ⑤④ときざみ海苔を和える。
(2) 1人分の材料 きゃべつ 32g ほうれん草 6.5g もやし 20g にんじん 6.5g しょうゆ 3g さとう 1.3g 酢 2.6g 油 1g 粉わさび 0.1g きざみ海苔 0.7g	

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）
牛乳 精白米 いわし きゃべつ ほうれん草 にんじん きざみ海苔 さつまいも だいこん	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、千産千消について説明。（千産千消の取り組みについて）
校内放送を活用し、地産地消について説明。（我孫子産野菜の日について）

5 11月の指導回数

3回

6 その他

我孫子産野菜の日給食時の校内放送で周知。献立表に記載。学校HPで紹介。

千産千消デー実施報告書

学校名または共同調理場名

我孫子市立湖北中学校

1 献立

献立	
落花生おこわ 鰯のさんが焼き 千葉県産の玉子焼き 秋の我孫子汁 千葉の米ムース 牛乳	

2 地場産物を活用した料理のレシピ

(1) 料理名 落花生おこわ	(3) 作り方 ①浸漬しない小豆を硬めに茹でる。ごま、落花生を煎る。 ②米をとぎ、水と豆のゆで汁を使い、塩と酒、豆を入れて炊飯する。 ③炊き上がりに落花生、ごまをさっくり混ぜる。
(2) 1人分の材料 もち米 31g 精白米 56g 水 101g 落花生 9.3g あずき 4.2g 塩 0.93g 酒 1.33g ごま 1.6g	

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）
もち米 米 鰯のすり身 にんじん 白菜 大根 落花生 長ねぎ 小松菜 里芋 鶏肉 牛乳	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、給食メモで地産地消について説明
給食クイズで千産千消、地元我孫子産野菜の給食利用を説明
千葉県の郷土料理について

5 11月の指導回数

17回

6 その他

給食のお米は、毎日地元産。
地元野菜を月に1～2回使用。

千産千消デー実施報告書

学校名または共同調理場名

我孫子市立布佐中学校

1 献立

献立	
牛乳 ご飯 いわしのさんが焼き こまつなののりあえ さつまいも汁 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 いわしのさんが焼き	(3) 作り方 ①大豆、にんじん、ねぎ、玉ねぎはみじん切りにする。しょうがはすりおろす。 ②材料をよく練り混ぜ、小判型に成型する。 ③8等分に切ったのりを付け、天板に並べて焼く。オープン250℃20分くらい。
(2) 1人分の材料 豚ひき肉 24g いわしすり身 24g 大豆 8g にんじん 5g ねぎ 15g 赤みそ 3.6g しょうが 0.5g 薄力粉 3.1g 玉ねぎ 21g 焼きのり 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）
牛乳 米 豚肉 いわしすり身 にんじん 焼きのり さつまいも だいこん	65%

4 千産千消デーで実施した食に関する指導の概要

給食メモを活用し、千葉県産の食材や我孫子産野菜の紹介をした。
放送委員による校内放送で、千葉県産食材や我孫子産野菜の紹介をした。
給食だよりに、地産地消食料自給率についての説明を記載した。
献立表に千産千消デーについて記載した。
我孫子産野菜の紹介の掲示物を貼った。

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

我孫子市立湖北台中学校

1 献立

献立	
ご飯 牛乳 韓国風サラダのり ひじき入り卵焼き 野菜のピーナツ和え 米粉だんご汁 ひとくち牛乳プリン	

2 地場産物を活用した料理のレシピ

(1) 料理名 野菜のピーナツ和え	(3) 作り方 ①小松菜はざく切り、キャベツは短冊切り、にんじんはせん切りにする。 ②ダイスピーナツは乾煎りして冷ます。 ③しょうゆ、砂糖、酢を合わせて加熱し、冷却する。ピーナツバターを混ぜる。 ④野菜はボイルして冷却する。 ⑤冷却した野菜、ピーナツを③で和える。
(2) 1人分の材料 小松菜 10g もやし 20g キャベツ 15g にんじん 6g ピーナツバター 3g ダイスピーナツ 1.5g しょうゆ 2.8g 砂糖 1.3g 酢 0.6g	

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 米粉 牛乳 にんじん 大根 卵 キャベツ さといも ひじき 落花生 のり	60%

4 千産千消デーで実施した食に関する指導の概要

給食メモで千葉県産品を紹介した。
食育だよりで千産千消デーを実施すること、千葉県で多く生産されている農林水産物について知らせた。
ホームページで千産千消献立について紹介した。
特別支援学級の生徒が校内の畑で育てた野菜を使用した。
給食時間における教室訪問。

5 11月の指導回数

15回

6 その他

地元の農家と契約し、地場産物を直接納めてもらっている。
地場産の米を1年を通して使用している。
特別支援学級の生徒が校内の畑で育てた野菜を1年を通して使用している。

千産千消デー実施報告書

学校名または共同調理場名

我孫子市立久寺家中学校

1 献立

献立	
牛乳	
ご飯	
味のり	
いわしのねぎソースがけ	
小松菜とかまぼこの和え物	
さつま汁	
一口牛乳プリン	

2 地場産物を活用した料理のレシピ

(1) 料理名 いわしのねぎソースがけ	(3) 作り方 ①いわしをしょうが汁と酒に浸す。 ②いわしに片栗粉をまぶして、中温の油で揚げる。 ③みじん切りにしたねぎ、しょうが、にんにくを調味料と合わせて加熱する。 ④いわしに③のソースをかける。
(2) 1人分の材料	
いわし開き 50g	酒 1.7g
しょうが 0.6g	砂糖 1.53g
酒 2g	レモン果汁 0.5g
片栗粉 5g	
揚げ油 3.6g	
おろしりんご 7g	
ねぎ 3g	
しょうが 0.67g	
にんにく 0.18g	
しょうゆ 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）
牛乳 米 いわし にんじん きゃべつ だいこん ほうれん草 さつまいも 味のり 一口牛乳プリン	72%

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使用した地場産物、県の特産物などについて知らせた。
11月の給食だよりに、地産地消のメリットやSDGsとの関係について掲載した。
校内掲示物で我孫子産野菜や生産者の紹介をした。
学校のホームページに給食の写真や千産千消デーについて説明を掲載した。

5 11月の指導回数

15回

6 その他

毎月1～2回、我孫子産野菜を提供している。

千産千消デー実施報告書

学校名または共同調理場名

我孫子市立白山中学校

1 献立

献立	
牛乳 ごはん いわしのさんが焼き 小松菜ののり和え さつま芋の味噌汁 ひとくち牛乳プリン	

2 地場産物を活用した料理のレシピ

(1) 料理名 さつま芋の味噌汁	(3) 作り方 ①かつお節と昆布でだしをとる。 ②豚肉は下味をつけておく。 ③①で火の通りにくい順に煮る。 ④みそを溶き加える。 ⑤ねぎ、小松菜を加えて仕上げる。
(2) 1人分の材料 豚肉 15g 酒（肉下味） 0.8g さつま芋 32g 大根 17g 油揚げ 10g ねぎ 3.5g 小松菜 6g 赤みそ 8g かつお節 2.8g だし昆布 0.8g	

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）
牛乳 米 小松菜 豚肉 いわし にんじん たまご ねぎ のり さつま芋 大根 一口牛乳プリン	75%

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
・昼の放送で千産千消・我孫子産野菜の日について紹介
・給食だよりで千産千消についての紹介
・学校ホームページで千産千消・我孫子産野菜について紹介

5 11月の指導回数

14回

6 その他

特になし