


# 千産千消デー実施報告書

学校名または共同調理場名  匝瑳市学校給食センター

## 1 当日の献立

献立	
<ul style="list-style-type: none"> <li>・ ご飯</li> <li>・ さばのから揚げ彩り香味野菜ソースかけ</li> <li>・ 秋野菜のきんぴら</li> <li>・ おいしさ満点！具沢山おみそ汁</li> <li>・ ジョア</li> </ul>	

## 2 地場産物を活用した料理のレシピ

<p>(1)料理名 「さばのから揚げ彩り香味野菜ソースかけ」</p> <p>(2) 1人分の材料</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・ さばでん粉付き (50g)</li> <li>・ 菜種白絞油</li> <li>・ にら (4g)・赤黄ピーマン (各2g)・水 (6.6g)・おろし生姜 (0.3g)・上白糖 (0.6g)・しょうゆ (1.7g)・オイスターソース (1.2g)・米酢 (1g)・ごま油 0.08g</li> <li>・ 黒すりごま 0.25g・でん粉 0.1g</li> </ul>	<p>(3) 作り方</p> <p>①にら、赤黄ピーマンは細かく切る。</p> <p>②調味料を一煮立ちさせたところに、にら、赤黄ピーマン、すりごま、ごま油を入れ、でん粉でとろみをつける。</p> <p>③さばを170℃の油で揚げ、②のソースをかける。</p>
--	--

## 3 当日の給食で活用した地場産物（県内農林水産物）

品目	当日の献立全体の食材数に対する地場産物の割合		
	活用した 地場産物数	全食材数	割合
米 豚肉 おしゃべりみそ 青ピーマン にら 大根 さつまいも 人参 マッシュルーム 赤ピーマン 黄ピーマン 棒もち	12	20	60 %

## 4 実施した食に関する指導の概要

<ul style="list-style-type: none"> <li>・ 匝瑳市・旭市・銚子市の小学5・6年生および中学生を対象に「和食給食レシピコンテスト」を実施し、部門ごとの大賞作品による「東総まんきつ給食」として提供した。</li> <li>・ 和食給食レシピコンテストの入賞作品を紹介したリーフレットを各学校へ配付した。</li> <li>・ 提供日当日に読む放送資料や給食だよりで「東総まんきつ給食」をとおして地場産物について伝えた。また、市の広報誌でレシピを紹介した。</li> </ul>
---