

千産千消デー実施報告書

学校名または共同調理場名

茂原市学校給食センター（小学校）

1 献立

献立	
ご飯	
いわしの蒲焼	
ひじき煮	
千葉っ子味噌汁	
サラダのり お米のパパロアみかん	

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</p> <p>(2) 1人分の材料</p> <table border="0"> <tr><td>いわし 澱粉付き</td><td>35 g</td></tr> <tr><td>大豆白絞油</td><td>3 g</td></tr> <tr><td>三温糖</td><td>3 g</td></tr> <tr><td>醤油</td><td>3.88 g</td></tr> <tr><td>おろし生姜</td><td>0.5 g</td></tr> <tr><td>みりん</td><td>1 g</td></tr> <tr><td>料理酒</td><td>0.8 g</td></tr> <tr><td>水</td><td>3 g</td></tr> </table>	いわし 澱粉付き	35 g	大豆白絞油	3 g	三温糖	3 g	醤油	3.88 g	おろし生姜	0.5 g	みりん	1 g	料理酒	0.8 g	水	3 g	<p>(3) 作り方</p> <p>①調味料と生姜を煮立ててたれを作っておく。</p> <p>②油を熱し、澱粉付きのいわしをカリッと揚げる。</p> <p>③揚げたいわしに①のたれをかける。</p>
いわし 澱粉付き	35 g																
大豆白絞油	3 g																
三温糖	3 g																
醤油	3.88 g																
おろし生姜	0.5 g																
みりん	1 g																
料理酒	0.8 g																
水	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	81%
米	
豚肉	
のり	
人参	
いわし	
大根	
ひじき	
さつま芋	
お米のパパロア	

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	・ 学校への食育だよりの配付
・ 給食喫食時間中の校内放送	
・ 学校給食センター内への地場産物に関する資料の掲示	
・ 学校への放送原稿の配付	
・ 給食試食会での地場産物に関する食育講話	

5 11月の指導回数

10回

6 その他

・ 千葉県民の日に地場産物を活用した献立を提供している。

千産千消デー実施報告書

学校名または共同調理場名

茂原市学校給食センター（中学校）

1 献立

献立	
牛乳	
ご飯	
いわしのさんが焼き	
ツナとひじきのサラダ	
千葉っ子味噌汁 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 ツナとひじきのサラダ</p> <p>(2) 1人分の材料</p> <p>ひじき 1.5g 和風ドレッシングごま醤油 7g</p> <p>濃口醤油 0.9g</p> <p>砂糖 0.9g</p> <p>本みりん 0.5g</p> <p>水 0.9g</p> <p>冷凍とうもろこし 8g</p> <p>にんじん 8g</p> <p>きゅうり 15g</p> <p>緑豆もやし 20g</p> <p>シーチキンフレーク 10g</p>	<p>(3) 作り方</p> <p>①ひじきは戻し、醤油、砂糖、みりん、水で煮て、冷やす。</p> <p>②にんじんは短冊千切り、きゅうりは輪切り、もやしはよく洗浄、とうもろこしは開封する。</p> <p>③②の野菜を茹でて、冷やす。</p> <p>④釜にドレッシングをよく混ぜ、野菜、ひじきを加える。</p> <p>⑤④にシーチキンを入れて、混ぜる。</p> <p>⑥味見、温度を確認して完成。</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 いわしのさんが焼き ひじき	87%
にんじん 豚肉 さつまいも だいこん	
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

・献立表への記載	・学校への食育だよりの配付
・給食喫食時間中の校内放送	
・学校給食センター内への地場産物に関する資料の掲示	
・学校への放送原稿の配付	
・給食試食会での地場産物に関する食育講話	

5 11月の指導回数

10回

6 その他

・千葉県民の日に地場産物を活用した献立を提供している。