

千産千消デー実施報告書

学校名または共同調理場名 東金市立東小学校

1 当日の献立

献立	
<ul style="list-style-type: none"> ・菜の花ご飯 ・いわしのかば焼き ・はばのり風お雑煮汁 ・千葉のお米のムース ・牛乳 	

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"> ・いわし3枚卸 (25g) ・片栗粉 (3g) ・砂糖 (2g) ・しょうゆ (2.5g) ・酒 (1g) ・みりん (1g) 	<p>(3)作り方</p> <ol style="list-style-type: none"> ①いわしは片栗粉をまぶして揚げる ②調味料をあわせて、加熱してたれを作る ③揚げたいわしをたれにくぐらせる。
---	--

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・いわし・鶏肉・人参・大根・里芋 小松菜・焼きのり・青のり・かつお節 牛乳	11	20	55.0 %


4 実施した食に関する指導の概要

<ul style="list-style-type: none"> ・お昼の放送で千産千消デーの献立と千葉県産の食材を紹介した。
--

千産千消デー実施報告書

学校名または共同調理場名 東金市立鵠嶺小学校

1 当日の献立

献立	
<ul style="list-style-type: none"> ・麦ごはん ・豚肉の生姜焼き ・にんじんしりしり ・つみれ汁 ・お米のムース ・牛乳 	

2 地場産物を活用した料理のレシピ

<p>(1)料理名 「豚肉の生姜焼き」</p> <p>(2)1人分の材料</p> <ul style="list-style-type: none"> ・豚肩ロース切身 (40g) ・生姜 (1.2g) ・しょうゆ (3g) ・みりん (0.6g) ・酒 (0.6g) 	<p>(3)作り方</p> <ol style="list-style-type: none"> ①生姜をすりおろし、しょうゆ、みりん、酒と混ぜ合わせる。 ②豚肉を①のタレに漬け込む。 ③オーブンで焼く。
---	---

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、いわしつみれ、人参(2)、大根、もやし、長葱、小松菜、生姜(2)、味噌、牛乳	13	16	81.3 %


4 実施した食に関する指導の概要

<ul style="list-style-type: none"> ・給食時に校内放送で地産地消の取組について知らせた。 ・当日の献立や千産千消デーについて資料を作成し、各クラスへ配付した。 ・給食だよりにて「千産千消」の取組や地場産物について家庭へ知らせた。
--

千産千消デー実施報告書

学校名または共同調理場名 東金市立城西小学校

1 当日の献立

献立	
<ul style="list-style-type: none"> ・ さつまいもご飯 ・ ちーばくん卵焼き ・ ピーナッツ和え ・ 豚汁 ・ お米のムース ・ 牛乳 	

2 地場産物を活用した料理のレシピ

<p>(1)料理名 「ピーナッツ和え」</p> <p>(2) 1人分の材料</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ ほうれんそう (9g) ・ もやし (25g) ・ 人参 (4g) ・ 醤油 (2.3g) ・ 三温糖 (1.3g) ・ ダイスピーナッツ (2g) 	<p>(3) 作り方</p> <ol style="list-style-type: none"> ①ほうれんそうを2cmカット、人参を千切りにする。 ②野菜をゆでて、冷却する。 ③醤油、三温糖を煮立て、タレを作る。 ④ピーナッツを炒る。 ⑤材料を和える。
---	---

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、牛乳、さつまいも、卵、ほうれんそう、もやし、人参(2)、ピーナッツ、豚肉、大根、長葱	12	18	66.7 %


4 実施した食に関する指導の概要

<ul style="list-style-type: none"> ・ 給食委員会による、「千産千消ポスター」作成・掲示 ・ 放送委員会による、給食時間の校内放送での呼びかけ ・ 一口メモの活用 ・ 献立表・給食だよりへの記載
--

千産千消デー実施報告書

学校名または共同調理場名 東金市立丘山小学校

1 当日の献立

献立	
<ul style="list-style-type: none"> ・粒すけごはん ・さばの塩焼き（山武の塩） ・ひじき煮 ・千葉の野菜みそ汁 ・ヨーグルト ・牛乳 	

2 地場産物を活用した料理のレシピ

<p>(1)料理名 「ひじき煮」</p> <p>(2) 1人分の材料</p> <ul style="list-style-type: none"> ・米ひじき (1.5g) ・鶏もも肉小間 (10g) ・さつまあげ (4g) ・人参 (3.5g) ・つきこんにゃく (8g) ・さやいんげん (5g) <p>油(0.4g) 三温糖 (1.6g) 酒(0.8g) みりん(0.8g) しょうゆ (3g) 水(8g)</p>	<p>(3) 作り方</p> <p>①ひじき…洗って戻す さつま揚げ…油抜きをして短冊切り つきこんにゃく…ボイル, 人参…千切り さやいんげん…斜め切り⇒ボイルして水冷</p> <p>②油で鶏肉, 人参, こんにゃく, ひじきの順に炒める。</p> <p>③さつま揚げ, 水, 調味料を入れて煮る。</p> <p>④さやいんげんを入れる。</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・さば・人参(2)・つきこんにゃく さやいんげん・大根・かぶ ほうれんそう・さつまいも ヨーグルト・牛乳	12	16	75.0 %

4 実施した食に関する指導の概要

<ul style="list-style-type: none"> ・献立表への記載（地産地消と自給率について） ・給食時間の放送の活用（千葉県の野菜について） ・野菜の栽培収穫体験（1.2年生が収穫したさつまいもを使用） ・掲示物（千葉の野菜ランキング）

千産千消デー実施報告書

学校名または共同調理場名 東金市立正気小学校

1 当日の献立

献立	
<ul style="list-style-type: none"> ・牛乳 ・ごはん ・さばのしおやき ・ごもくきんぴら ・さつまじる ・おこめのムース 	

2 地場産物を活用した料理のレシピ

<p>(1)料理名 「 さつまじる 」</p> <p>(2) 1人分の材料</p> <ul style="list-style-type: none"> ・だし汁 (110g) ・鶏肉もも小間 (8g) ・だいこん (20g) ・にんじん (6g) ・さつまいも (20g) ・油揚げ (2.5g) ・小松菜 (14g) ・みそ (7.5g) 	<p>(3)作り方</p> <ol style="list-style-type: none"> ①大根、人参は、いちょう切り。さつまいもは1.5cm厚のいちよう切り、小松菜は2cmにカットし茹でておく。 ②だしをとり、鶏肉を入れて煮る。アクをとる。 ③大根、人参を入れて煮る。 ④油揚げ、さつまいもを入れて煮る。 ⑤みそと小松菜を入れる。
---	---

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
牛乳 米 さば 豚肉 にんじん だいこん さつまいも	7	14	50 %


4 実施した食に関する指導の概要

<ul style="list-style-type: none"> ・給食時間に配付する「一口メモ」で、地場産物の紹介をした。

千産千消デー実施報告書

学校名または共同調理場名 東金市立豊成小学校

1 当日の献立

献立	
<ul style="list-style-type: none"> ・きりぼしごはん ・黒大豆みそのさつまじる ・いわしあげ玉フライ ・ピーナッツあえ ・牛乳 ・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 「ピーナッツあえ」</p> <p>(2) 1人分の材料</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ほうれん草 (18g) ・もやし (18g) ・濃口醤油 (2.1g) ・上白糖 (1.4g) ・カットピーナッツ (3g) 	<p>(3)作り方</p> <ol style="list-style-type: none"> ①ほうれん草は3cmの長さにカットし、ゆでる。冷水にとり水気をしっかりしぼる。 ②もやしは水からゆで、ザルにとる。 ③濃口醤油と上白糖をあわせて火にかけて、とろみがつくまで加熱する。 ④ピーナッツは180℃のオーブンで8分ほど焼く。フードプロセッサーで軽く刻む。 ⑤和えて完成。
---	---

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、ピーナッツ、いわし、豚肉、牛乳、油揚げ、木綿豆腐、ほうれん草、もやし、さつまいも、切干大根、大根、長ねぎ	13	19	68.4 %

4 実施した食に関する指導の概要

<ul style="list-style-type: none"> ・給食の時間に、各クラスへ一口メモの配付による地産地消についての啓発を行った。 ・給食だよりにて、「千産千消デー」の取り組みについて家庭へ紹介した。 <p>【主な内容】①「千産千消」とは</p> <ol style="list-style-type: none"> ②なぜ地産地消がよいのか ③東金市や近隣の市町村で生産されている作物について ④今日の給食で使用されている食材について
--

産千消デー実施報告書

学校名または共同調理場名 東金市立 福岡小学校

1 当日の献立

献立	
<ul style="list-style-type: none"> ・ さつまいもごはん ・ 銚子産さばの塩焼き ・ おかか和え ・ つみれ汁 ・ 千葉の人参ゼリー ・ 牛乳 	

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> <ul style="list-style-type: none"> ・ 米 (70g) ・ さつまいも (28g) ・ 塩 (0.4g) ・ 黒いりごま (0.6g) 	<p>(3) 作り方</p> <ol style="list-style-type: none"> ①米を洗米し、炊飯する。 ②さつまいもは皮をむき、1.5 cmの角切りにして素揚げする。 ③ごまを炒る。 ④ごはんにはさつまいも・塩・ごまを混ぜ合わせる。
--	---

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
さつまいも、ブロッコリー、人参、大根、こんにゃく、長葱、小松菜、生姜、いわし、さば、米、牛乳	12	16	75.0 %

4 実施した食に関する指導の概要

<ul style="list-style-type: none"> ・ 千産千消や当日の給食について、献立表に記載した。 ・ 千産千消給食についての説明文書を作成し、各クラスへ配付した。
--

千産千消デー実施報告書

学校名または共同調理場名 東金市立日吉台小学校

1 当日の献立

献立	
<ul style="list-style-type: none"> ・ さつまいもごはん ・ さばの塩焼き ・ 海苔和え ・ みぞれ汁 ・ 牛乳 	

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> <ul style="list-style-type: none"> ・ 米 (57g) ・ 食塩 (0.7g) ・ 清酒 (1.85g) ・ だし昆布 (0.15g) ・ さつまいも (30g) ・ 黒いりごま (1.66g) 	<p>(3) 作り方</p> <ol style="list-style-type: none"> ①米を研ぎ、炊飯釜に入れて30分以上浸水する。 ②さつまいもは1~1.5cm位の角切りにし、水にさらす。 ③炊飯釜に塩・酒を入れてよく混ぜる。 ④だし昆布と水気をきったさつまいもを入れて炊く。 ⑤黒いりごまは炒しておく。 ⑥ご飯が炊き上がったら昆布を取り出し、ごまを加えてやさしく混ぜる。
---	--

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、さつまいも、小松菜、人参(2)、もやし、大根、白菜、さば、海苔、豚肉、牛乳	12	÷	18 = 66.7 %

4 実施した食に関する指導の概要

<ul style="list-style-type: none"> ・ 給食便りに地産地消（千産千消）についての記事を掲載した。 ・ 当日に、「本日の給食には千葉県産の食材をたくさん使っている」ということを実際の食材の写真とともに配膳室前の廊下に掲示し、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 東金市立東金中学校

1 当日の献立

献立	
<ul style="list-style-type: none"> ・ごはん ・県産豚肉の生姜焼き ・ひじき入りサラダ ・千葉の恵み汁 ・麦芽ゼリー ・牛乳 	

2 地場産物を活用した料理のレシピ

<p>(1)料理名 「ひじき入りサラダ」</p> <p>(2) 1人分の材料</p> <ul style="list-style-type: none"> ・乾燥ひじき県産 (1.0g) ・しょうゆ (0.5g) ・キャベツ (20g) ・きゅうり (10g) ・ホールコーン缶(10g) ・ロースハム (10g) ・ノンエッグマヨネーズ (7g) ・コシヨー (0.02g) 	<p>(3)作り方</p> <ol style="list-style-type: none"> ①ひじきは戻し、ゆで上げて、しょうゆを振って冷却する。 ②キャベツは短冊、きゅうりは小口、ハムは短冊に切る。 ③切った野菜・ハムは加熱・冷却する。 ④ホールコーン缶は汁を切って、冷却する。 ⑤マヨネーズとコシヨーを合わせておき、全部の食材と混ぜ合わせる。
--	---

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		
品目	活用した 地場産物数	全食材数	割合
<ul style="list-style-type: none"> <li style="width: 50%;">・米 <li style="width: 50%;">・牛乳 <li style="width: 50%;">・豚肉 <li style="width: 50%;">・ひじき <li style="width: 50%;">・キャベツ <li style="width: 50%;">・きゅうり <li style="width: 50%;">・さつまいも <li style="width: 50%;">・もやし <li style="width: 50%;">・小松菜 <li style="width: 50%;">・人参 <li style="width: 50%;">・かぶ <li style="width: 50%;">・長葱 	12	17	70.6 %

4 実施した食に関する指導の概要

<ul style="list-style-type: none"> ・地場産物の紹介（スクールランチレター） ・PTA試食会（献立紹介・試食） ・千産千消デーのお知らせ（献立表・給食日より）

千産千消デー実施報告書

学校名または共同調理場名 東金市立東中学校

1 当日の献立

献立	
<ul style="list-style-type: none"> ・牛乳 ・ひじきご飯 ・山武の塩さば焼き ・磯香和え ・黒大豆味噌汁 ・千産千消デザート 	

2 地場産物を活用した料理のレシピ

<p>(1)料理名 「ひじきご飯」</p> <p>(2)1人分の材料</p> <ul style="list-style-type: none"> ・精白米 (90g) ・醤油 (1.6g) ・干しひじき (2g) ・鶏ももひき肉 (10g) ・人参 (7g) ・油揚げ (5g) ・突きこんにゃく (10g) ・三温糖 (3.6g) ・醤油 (7g) ・酒 (1.2g) ・みりん (1.2g) ・サラダ油 (0.17g) 	<p>(3)作り方</p> <ol style="list-style-type: none"> ①精白米は研いで、醤油を加え炊く。 ②干しひじきは水で戻した後、水気を切っておく。 ③油揚げは短冊切りにし、油抜きする。 ④人参は千切り、突きこんにゃくは2cmの長さに切り下茹でする。 ⑤油を熱し、鶏肉を入れてそばろ状になるまで炒め、酒をふり入れアルコールを飛ばす。 ⑥⑤に②のひじきを入れ炒め、④の人参、こんにゃくを入れ火が通るまで炒める。 ⑦みりん、三温糖、醤油を入れ、③を入れてよく混ぜて、煮ふくめる。 ⑧最後に火を強くして、水分を飛ばす。 ⑨①の炊きあがったご飯に⑧を混ぜる。
--	--

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
<ul style="list-style-type: none"> <li style="width: 50%;">・牛乳 <li style="width: 50%;">・刻みのり <li style="width: 50%;">・米 <li style="width: 50%;">・豚肉 <li style="width: 50%;">・ひじき <li style="width: 50%;">・大根 <li style="width: 50%;">・人参 (3) <li style="width: 50%;">・さば <li style="width: 50%;">・もやし 	11	20	55.0 %

4 実施した食に関する指導の概要

<ul style="list-style-type: none"> ・献立表へ千産千消（地産地消）について記載 ・各クラスへ当日使用した地場産物についての教室掲示用給食メモを作成 ・給食時間に校内放送を活用し、栄養士から千産千消について放送 ・食育掲示板にて千葉県生産量の多い食べ物についての掲示物を作成 ・職員へ通信を作成し周知・啓発
--

千産千消デー実施報告書

学校名または共同調理場名 東金市立西中学校

1 当日の献立

献立	
<ul style="list-style-type: none"> ・ ご飯 ・ 牛乳 ・ 銚子のさば塩焼き (山武の海の塩) ・ しゃぶしゃぶサラダ ・ けんちん汁 ・ 千葉県産さつまいもプリン 	

2 地場産物を活用した料理のレシピ

<p>(1) 料理名 「けんちん汁」</p> <p>(2) 1人分の材料</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ 生揚げ (23g) ・ 鶏むね皮なし小間 (23g) ・ 小松菜 (13g) ・ こんにゃく (18g) ・ 大根 (20g) ・ 人参 (13g) ・ ねぎ (13g) ・ ごま油 (0.8g)・塩 (0.13g) ・ しょうゆ (5.8g)・だしパック 	<p>(3) 作り方</p> <p>下準備：だしをとる。 生揚げは切って湯通しする。 こんにゃくは色紙切りにしてゆでる。 小松菜はざく切りしてサッとゆで、水冷して水を切る。</p> <p>①ごま油で鶏肉、人参、大根、こんにゃくを炒める。 ②だしを入れて煮る。 ③①の野菜がやわらかくなってきたら、生揚げを入れ、味付けする。 ④ねぎ、小松菜を入れて味を調えたら出来上がり。</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		
米・牛乳 (2)・さば・豚肉・もやし・キャベツ・きゅうり・人参 (2)・鶏肉・生揚げ・こんにゃく・大根・さつまいも	活用した 地場産物数	全食材数	割合
	15	÷	18 =
			83.3 %

4 実施した食に関する指導の概要

<ul style="list-style-type: none"> ・ 給食だよりにて千産千消献立の実施について紹介。 ・ 当日はお昼の放送で、千産千消について、給食で使用した食材の産地や特徴について説明。 ・ 千産千消献立の翌日から授業「給食の献立を考えよう (家庭科・2年生)」で、地場産物を利用する良さについて、栄養価・コスト・エネルギー等の点から説明、給食での使用例や、どのような地場産物があるか紹介。生徒が考えた献立に多数の地場産物の利用が見られ、給食の献立として実施する予定。
--

千産千消デー実施報告書

学校名または共同調理場名 東金市立北中学校

1 当日の献立

献立	
<ul style="list-style-type: none"> ・ごはん ・海苔の佃煮 ・鶏肉のかりん揚げ ・なめこ汁 ・里芋のごま和え ・牛乳 	

2 地場産物を活用した料理のレシピ

<p>(1)料理名 「里芋のごま和え」</p> <p>(2) 1人分の材料</p> <ul style="list-style-type: none"> ・里芋 (60g) ・三温糖 (3g) ・しょう油 (2g) ・みりん (1g) ・水 (1g) ・いりごま (3g) 	<p>(3)作り方</p> <p>①里芋は、皮をむいて厚めのいちょう切りにする。</p> <p>②いりごまは、半ずりにして炒る。</p> <p>③三温糖、しょう油、みりん、水で里芋をじっくり中火で煮る。</p> <p>④中まで味がしみ込んできたら、②を加えて和える。</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		
牛乳 米 海苔 鶏肉 生姜 人参 大根 里芋 豆腐	活用した 地場産物数	全食材数	割合
	9	13	69.2 %

4 実施した食に関する指導の概要

<ul style="list-style-type: none"> ・献立表への記載 ・HPの活用 ・給食時間の教室巡回訪問
--