

# 千産千消デー実施報告書

学校名または共同調理場名 \_\_\_\_\_ 睦沢町立睦沢小学校

## 1 献立

献立	
<ul style="list-style-type: none"> <li>・ツナと大豆のご飯</li> <li>・豚肉と大根の煮物</li> <li>・ほうれん草の海苔和え</li> <li>・牛乳</li> <li>・ミルメーク</li> </ul>	

## 2 地場産物を活用した料理のレシピ

<p>(1) 料理名 「豚肉と大根の煮物」</p> <p>(2) 1人分の材料</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・豚肩小間切れ肉 (20g)</li> <li>・酒 (2g)・生姜 (0.3g)・人参 (10g)</li> <li>・こんにゃく (5.6g)・油揚げ (3g)</li> <li>・干し椎茸 (0.7)</li> <li>・かつおだしパック (1g)</li> <li>・上白糖 (3.5g)・みりん (5g)</li> <li>・こいくち醤油 (7.5g)・酒 (1.5g)</li> <li>・片栗粉 (2g)・ごま油 (0.3g)</li> </ul>	<p>(3) 作り方</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>①大根は厚いちょう切り (1.5cm) にし、下茹でする。</li> <li>②干し椎茸は戻す。だしパックでだしをとる。</li> <li>③人参は厚いちょう切り (7mm)、生姜はおろす。こんにゃくは角切りにして茹でする。油揚げは短冊に切り湯をかけ油抜きをする。</li> <li>④釜にサラダ油を入れて熱し、豚肉と生姜、酒・砂糖少々を炒める。</li> <li>⑤こんにゃく、人参、干し椎茸を炒め合わせ、だしで煮る。</li> <li>⑥大根、油揚げを加えて煮る。味付けする。</li> <li>⑦水溶き片栗粉を加えてとろみをつけ、ごま油を回しかけて出来上がり。</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、生姜、大根、豚肉、油揚げ、ほうれん草、キャベツ、人参 (2)、のり	76.2%

## 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>・給食時訪問指導をした。</li> <li>・校内放送を活用した。</li> <li>・学校ホームページを活用した。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・給食だよりを発行した。</li> <li>・掲示物を展示した。</li> </ul>
--	--

## 5 11月の指導回数

20回
-----

## 6 その他

--