

# 千産千消デー実施報告書

学校名または共同調理場名 木更津市東清小学校

## 1 当日の献立

献立	
<ul style="list-style-type: none"> <li>・ごはん</li> <li>・味付けのり</li> <li>・牛乳</li> <li>・さばのみりんぼし</li> <li>・大根と豚肉のうま煮</li> </ul>	

## 2 地場産物を活用した料理のレシピ

<p>(1)料理名 「大根と豚肉のうま煮」</p> <p>(2) 1人分の材料</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・豚肉 (25 g)    ・大根 (60 g)</li> <li>・にんじん (20 g) ・ごぼう (10 g)</li> <li>・こんにゃく (20 g)</li> <li>・むき枝豆 (5 g)</li> <li>・さつま揚げ (8 g)</li> <li>・酒 (1 g)</li> <li>・上白糖 (2 g)</li> <li>・しょうゆ (1.8 g)</li> <li>・白みそ (2 g)</li> <li>・いりごま (1 g)</li> <li>・和風だし (0.6 g)</li> <li>・みりん (1.5 g) ・水 (20 g)</li> </ul>	<p>(3)作り方</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>①釜で豚肉に酒を振り炒める。</li> <li>②にんじん、ごぼうを炒める。</li> <li>③水を入れる。</li> <li>④あくをとり、大根、こんにゃくを入れて、和風だしを入れて煮る。</li> <li>⑤さとう 3/4、しょうゆで溶いたみそを入れる。</li> <li>⑥野菜の硬さを見て、さつま揚げ、枝豆を入れる。</li> <li>⑦味見して、残りの調味料を入れる。</li> <li>⑧ごまを入れ、味見して温度確認。</li> </ol>
---	--

## 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>・こめ</li> <li>・牛乳</li> <li>・豚肉</li> <li>・大根</li> <li>・にんじん</li> </ul>	6	11	54.5 %


## 4 実施した食に関する指導の概要

<ul style="list-style-type: none"> <li>・校内放送による全校指導</li> <li>・献立表による各家庭へのお知らせ</li> <li>・給食時間の巡回指導</li> </ul>
--

# 千産千消デー実施報告書

学校名または共同調理場名 木更津市立祇園小学校

## 1 当日の献立

献立	
<ul style="list-style-type: none"> <li>・ごはん</li> <li>・牛乳</li> <li>・豚肉の生姜炒め</li> <li>・つみれ汁</li> <li>・お米のムース</li> </ul>	

## 2 地場産物を活用した料理のレシピ

<p>(1) 料理名 「豚肉の生姜炒め」</p> <p>(2) 1人分の材料</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・豚肉 (50g)</li> <li>・サラダ油 (0.5g)</li> <li>・生姜 (1g)</li> <li>・清酒 (2g)</li> <li>・玉葱 (4g)</li> <li>・赤ピーマン (2.5g)</li> <li>・青ピーマン (2.5g)</li> <li>・赤色辛みそ (2g)</li> <li>・濃い口しょうゆ (1g)</li> <li>・三温糖 (2g)</li> <li>・ごま油 (1g)</li> <li>・白炒りごま (1g)</li> </ul>	<p>(3) 作り方</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>①油を熱し、生姜を炒める。</li> <li>②豚肉を入れ、酒をふってよく炒める。</li> <li>③玉葱を入れ炒める。</li> <li>④赤ピーマン、青ピーマンを入れ炒める。</li> <li>⑤みそ、しょう油、三温糖を入れて味付けする。</li> <li>⑥炒りごま、ごま油を入れる。</li> </ol>
---	---

## 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、豚肉、生姜、赤ピーマン、つみれ、人参、大根、豆腐、お米のムース	活用した 地場産物数	全食材数	割合
	10	÷	16
		=	62.5
			%

## 4 実施した食に関する指導の概要

<ul style="list-style-type: none"> <li>・献立表への記載</li> <li>・給食時間の校内放送の活用</li> <li>・給食だよりや掲示資料に木更津市産の有機米について掲載。</li> <li>・給食時間の巡回訪問</li> <li>・職員へ周知</li> </ul>
---

# 千産千消デー実施報告書

学校名または共同調理場名 木更津市立岩根小学校

## 1 当日の献立

献立	写真（1人分の給食）
<ul style="list-style-type: none"> <li>・ごはん</li> <li>・味付け海苔</li> <li>・牛乳</li> <li>・豚肉とじゃこのおかか炒め</li> <li>・秋の味覚汁</li> </ul>	

## 2 地場産物を活用した料理のレシピ

<p>(1) 料理名 「豚肉とじゃこのおかか炒め」</p> <p>(2) 1人分の材料</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・ごま油 (0.3g)                      ・生姜 (0.2g)</li> <li>・豚もも肉小間切れ (40g)</li> <li>・清酒 (0.5g)                      ・キャベツ (25g)</li> <li>・人参 (15g)                      ・青ピーマン (10g)</li> <li>・ちりめんじゃこ (1.2g)</li> <li>・白炒りごま (0.2g)              ・かつお節 (0.8g)</li> <li>・和風だし (0.1g)              ・みりん (0.5g)</li> <li>・しょうゆ (1.5g)              ・白炒りごま (0.2g)</li> </ul>	<p>(3) 作り方</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>①生姜はすりおろす。</li> <li>②キャベツは短冊切り、人参、青ピーマンを千切りにする。</li> <li>③鍋にごま油を熱し、生姜、豚肉を炒め酒を入れる。</li> <li>④人参、キャベツ、ピーマンを炒める。</li> <li>⑤ちりめんじゃこ、調味料を入れて味つけをする。</li> <li>⑥ごまとかつお節を入れる。</li> </ol>
--	--

## 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		
<ul style="list-style-type: none"> <li>・米   のり   豚肉   人参 (2)</li> <li>キャベツ   さつま芋   牛乳</li> </ul>	活用した 地場産物数  8	全食材数  20	割合  = 40.0 %
$8 \div 20 = 40.0 \%$			

## 4 実施した食に関する指導の概要

<ul style="list-style-type: none"> <li>・給食時の放送</li> <li>・給食だより</li> </ul>
---

# 千産千消デー実施報告書

学校名または共同調理場名 木更津市立高柳小学校

## 1 当日の献立

献立	
<ul style="list-style-type: none"> <li>・ごはん</li> <li>・牛乳</li> <li>・きさポン焼き海苔</li> <li>・いわしの梅煮</li> <li>・けんちん汁</li> <li>・お米のムース (みかん)</li> </ul>	

写真 (1人分の給食)

## 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"> <li>・豚肉 (15g)</li> <li>・冷凍さといも (12g)</li> <li>・人参 (12g)・大根 (10g)</li> <li>・さつまいも (20g)</li> <li>・長葱 (5g)</li> <li>・冷凍カット豆腐 (20g)</li> <li>・小松菜 (5g)・サラダ油 (1g)</li> <li>・白味噌 (3.4g)・赤味噌 (3g)</li> <li>・和風だし (0.4g)・鰹の素 (0.8g)</li> <li>・水 (105g)</li> </ul>	<p>(3)作り方</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>①別釜で鰹の素でだしを取る。</li> <li>②油で豚肉を炒める。</li> <li>③人参を加え、水を入れる。</li> <li>④大根を加えて、沸騰したら灰汁を取る。</li> <li>⑤里芋、さつまいもを加えだし汁も入れる。</li> <li>⑥芋の煮え具合を見て、調味料、豆腐を加える。</li> <li>⑦味をみて、小松菜を加える。</li> <li>⑧長ねぎを入れて仕上げる。</li> <li>⑨温度確認をする。</li> </ol>
--	--

## 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					
<ul style="list-style-type: none"> <li>・米・牛乳・海苔・いわし・豚肉</li> <li>・人参・大根・さつまいも・長ねぎ</li> <li>・小松菜・豆腐</li> </ul>	活用した 地場産物数	全食材数	割合			
	11	÷	14	=	78.6	%

## 4 実施した食に関する指導の概要

<ul style="list-style-type: none"> <li>・千産千消デーの地場産物の献立と11月の給食目標「感謝して食べよう」について学級用指導資料を作成し、担任による指導を行った。</li> <li>・お昼の校内放送でも知らせた。</li> <li>・配食校へも同じように実施した。</li> </ul>
---

# 千産千消デー実施報告書

学校名または共同調理場名

木更津市立波岡小学校

## 1 当日の献立

献立	
<ul style="list-style-type: none"> <li>・ごはん</li> <li>・牛乳</li> <li>・麻婆豆腐</li> <li>・豚肉焼売</li> </ul>	

## 2 地場産物を活用した料理のレシピ

<p>(1)料理名 「 麻婆豆腐 」</p> <p>(2) 1人分の材料</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・豆腐 (120g)・豚ひき肉 (25g)</li> <li>・玉葱 (25g)・人参 (20g)</li> <li>・大根 (10g)・干し椎茸 (0.3g)</li> <li>・しょうゆ (3g)・料理酒 (1g)</li> <li>・砂糖 (2g)・おろしにんにく (0.4g)</li> <li>・おろし生姜 (0.4g)・サラダ油 (0.3g)</li> <li>・豆板醤 (0.1g)・赤みそ (3.5g)</li> <li>・ごま油 (0.2g)</li> <li>・鶏ガラスープの素 (0.7g)</li> <li>・でん粉 (1.2g)・水 (20g)</li> </ul>	<p>(3)作り方</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>①豚ひき肉を炒める。</li> <li>②人参、玉ねぎ、大根を炒める。</li> <li>③干し椎茸、水を入れて煮込む。</li> <li>④豆腐を入れて、さらに煮込む。</li> <li>⑤調味料を入れる。</li> <li>⑥でんぷんを入れてとろみをつける。</li> <li>⑦味見をして、完成。</li> </ol>
--	---

## 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・人参・大根・豚肉（2）・豆腐	活用した 地場産物数	全食材数	割合
	7	÷	10

## 4 実施した食に関する指導の概要

<ul style="list-style-type: none"> <li>・給食だよりの活用</li> <li>・給食の時間の巡回訪問</li> </ul>
--

# 千産千消デー実施報告書

学校名または共同調理場名 木更津市立鎌足小学校

## 1 当日の献立

献立	
<ul style="list-style-type: none"> <li>・ごはん</li> <li>・牛乳</li> <li>・さばの味噌煮</li> <li>・里芋の煮物</li> <li>・切干大根のみそ汁</li> </ul>	

## 2 地場産物を活用した料理のレシピ

<p>(1)料理名 「里芋の煮物」</p> <p>(2) 1人分の材料</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・里芋 (35g)</li> <li>・人参 (8g)</li> <li>・三温糖 (1.5g)</li> <li>・みりん (0.5g)</li> <li>・しょうゆ (2g)</li> <li>・水 (10g)</li> </ul>	<p>(3)作り方</p> <p>①里芋、人参を乱切りにする。</p> <p>②釜で人参をゆで、火が入ったら里芋、調味料をいれ煮詰める。</p> <p>③味がしみ込んだらできあがり。</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、鯖、人参(2)、里芋、生姜、長ねぎ(2)、切干大根、しいたけ、小松菜	活用した 地場産物数	全食材数	割合
	12	÷	14

## 4 実施した食に関する指導の概要

<ul style="list-style-type: none"> <li>・3・4年生へ地産地消をテーマにした授業を行った。</li> <li>・給食で使用される地元野菜を給食室前に展示した</li> <li>・給食時間の放送にて、給食委員会の子どもたちが、給食に使用される地場産物や、地場産物を活用した料理の作り方などを紹介している。</li> </ul>
---

# 千産千消デー実施報告書

学校名または共同調理場名 木更津市立金田小学校

## 1 当日の献立

献立	
<ul style="list-style-type: none"> <li>・ご飯</li> <li>・やきのり</li> <li>・ハンバーグおろしソース</li> <li>・肉じゃが</li> <li>・りんご</li> <li>・牛乳</li> </ul>	

## 2 地場産物を活用した料理のレシピ

<p>(1)料理名 「肉じゃが」</p> <p>(2) 1人分の材料</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・じゃがいも (40g)</li> <li>・玉ねぎ (30g)</li> <li>・人参 (20g)</li> <li>・豚肉 (15g)</li> <li>・しらたき (12g)</li> <li>・枝豆 (8g)</li> <li>・サラダ油 (0.5g) ・酒 (1g)</li> <li>・水 (5g) ・三温糖 (2g)</li> <li>・醤油 (4g) ・みりん (1g)</li> </ul>	<p>(3)作り方</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>①じゃがいも・玉ねぎ・人参を切る。</li> <li>②しらたき・枝豆はゆでる。</li> <li>③油で豚肉を炒め、酒を振る。</li> <li>④人参・玉ねぎ・しらたきを加える。</li> <li>⑤じゃがいも・水を加える。</li> <li>⑥煮立ってきたら、砂糖・醤油を加える。</li> <li>⑦煮え具合を確認し、枝豆・みりんを加え、仕上げる。</li> </ol>
---	--

## 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 やきのり 豚肉 人参 牛乳	活用した 地場産物数	全食材数	割合
	5	÷	12
		=	41.7
			%


## 4 実施した食に関する指導の概要

<ul style="list-style-type: none"> <li>・校内放送で給食に使われている地場産物を周知</li> <li>・給食掲示板に地場産物の資料を掲示</li> </ul>
---

# 千産千消デー実施報告書

学校名または共同調理場名 木更津市立中郷小学校

## 1 当日の献立

献立	
<ul style="list-style-type: none"> <li>・牛乳</li> <li>・ごはん</li> <li>・豚肉のしょうが焼き</li> <li>・キャベツとコーンの炒めもの</li> <li>・みそ汁</li> </ul>	

## 2 地場産物を活用した料理のレシピ

<p>(1)料理名 「豚肉のしょうが焼き」</p> <p>(2) 1人分の材料</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・豚肉小間 (50g)</li> <li>・しょうが (1.2g)</li> <li>・清酒 (1.4g)</li> <li>・こいくちしょうゆ (3g)</li> <li>・たまねぎ (8g)</li> <li>・りんご (6g)</li> <li>・さとう (0.8g)</li> <li>・みりん (0.7g)</li> </ul>	<p>(3)作り方</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>①しょうが、たまねぎ、りんごはすりおろす。</li> <li>②豚肉以外の材料をまぜておく。</li> <li>③豚肉と②をまぜ、5分くらいつけこむ。</li> <li>④鉄板にクッキングシートを敷いて、③を並べる。</li> <li>⑤スチームコンベクションオーブンをを使い、スチーム100%で加熱する。</li> <li>⑥温度確認</li> </ol>
--	--

## 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、豚肉、キャベツ、大根、にんじん、豆腐	7	14	50 %

## 4 実施した食に関する指導の概要

<ul style="list-style-type: none"> <li>・給食委員会による紹介（ポスター・テレビ放送）</li> <li>・栄養士と一緒に献立を考えた料理人によるテレビ放送</li> <li>・献立表・給食だよりに記載（きさらづ学校給食米について、生産者・料理人の紹介、地元の養豚場について、食品ロスについてなど）</li> <li>・きさらづ学校給食米について、放送で紹介</li> <li>・授業で、地元養豚場について紹介</li> </ul>
---



# 千産千消デー実施報告書

学校名または共同調理場名 木更津市立富来田小学校

## 1 当日の献立

献立	
<ul style="list-style-type: none"> <li>・ごはん</li> <li>・味付け海苔</li> <li>・豚肉の生姜炒め</li> <li>・千葉県産野菜の味噌汁</li> </ul>	

## 2 地場産物を活用した料理のレシピ

<p>(1) 料理名 「千葉県産野菜の味噌汁」</p> <p>(2) 1人分の材料</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・鶏もも肉小間切れ (15g)</li> <li>・小松菜 (7g)</li> <li>・キャベツ (15g)</li> <li>・人参 (7g)</li> <li>・さつまいも (25g)</li> <li>・刻み油揚げ (5g)</li> <li>・角切りこんにゃく黒 (7g)</li> <li>・サラダ油 (0.5g)</li> <li>・赤味噌 (3.5g)</li> <li>・白味噌 (4.0g)</li> <li>・和風だしの素 (0.6g)</li> <li>・清酒 (1ml)</li> <li>・水 (110ml)</li> </ul>	<p>(3) 作り方</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>①野菜を切る (小松菜 2 cm幅、キャベツざく切り、人参いちょう切り、さつまいも厚めのいちょう切り)。油揚げは油抜き、こんにゃくは一度湯通ししておく。</li> <li>②油をひき、肉を炒めながら、酒を振り入れる。</li> <li>③肉に火が通ってきたら、人参を入れ軽く炒める。</li> <li>④水を入れ煮る (アク取りをする)。</li> <li>⑤残りの具材を入れ、柔らかくなるまで煮る。</li> <li>⑥調味料を入れ、味を整える。</li> </ol>
--	---

## 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・豚肉・小松菜・キャベツ・人参 (2)・さつまいも	8	14	57.1 %

## 4 実施した食に関する指導の概要

<ul style="list-style-type: none"> <li>・献立表、給食だよりの活用</li> <li>・給食時間の校内放送の活用</li> <li>・給食室前、保健室前にある栄養黒板にて千産千消デー献立の紹介</li> </ul>
--

# 千産千消デー実施報告書

学校名または共同調理場名 木更津市立八幡台小学校

## 1 当日の献立

献立	
<ul style="list-style-type: none"> <li>・ごはん</li> <li>・牛乳</li> <li>・いわしの磯辺揚げ</li> <li>・けんちん汁</li> <li>・千葉県産お米のムース</li> </ul>	

## 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"> <li>・とりむね肉 (15g)</li> <li>・にんじん (12g)</li> <li>・冷凍カットごぼう (10g)</li> <li>・大根 (15g)</li> <li>・木綿豆腐 (20g)</li> <li>・冷凍油揚げ (5g)</li> <li>・小松菜 (8g)</li> <li>・和風だし (0.36g)・酒 (1.2g)</li> <li>・しょうゆ (2.4g)・塩 (0.6g)</li> <li>・だしパック (0.6g)・水 (120g)</li> </ul>	<p>(3)作り方</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>①釜にだし汁をつくる。</li> <li>②とり肉を入れる。</li> <li>③にんじん、大根、ごぼうを入れる。</li> <li>④灰汁をとる。</li> <li>⑤豆腐、油揚げを入れる。</li> <li>⑥調味料を入れる。</li> <li>⑦小松菜を入れる。</li> <li>⑧味見後、温度確認。</li> </ol>
---	--

## 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 いわし 小松菜 にんじん 大根	6	11	54.5 %

## 4 実施した食に関する指導の概要

<ul style="list-style-type: none"> <li>・給食だより・給食メモの活用</li> <li>・校内放送の活用</li> <li>・献立表への記載</li> <li>・授業での取組(2年生)</li> </ul>
--

# 千産千消デー実施報告書

学校名または共同調理場名 木更津市学校給食センター

## 1 当日の献立

献立	
<ul style="list-style-type: none"> <li>・ごはん</li> <li>・味付けのり</li> <li>・牛乳</li> <li>・チキンカツ</li> <li>・おかか和え</li> <li>・さつまい</li> </ul>	

## 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」</p> <p>(2) 1人分の材料</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・豚もも肉 (10g)</li> <li>・にんじん (8g)</li> <li>・大根 (20g)</li> <li>・こんにゃく (12g)</li> <li>・冷凍豆腐 (20g)</li> <li>・さつまいも (25g)</li> <li>・ねぎ (3.5g)</li> <li>・白みそ (4.5g)</li> <li>・減塩赤みそ (3.5g)</li> <li>・だしパック (1.0g)</li> <li>・和風だしの素 (0.1g)</li> <li>・水 (100g)</li> </ul>	<p>(3) 作り方</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>①だしパックでだしをとる。</li> <li>②肉を入れる。</li> <li>③こんにゃく、大根を入れて煮る。</li> <li>④豆腐を入れて煮る。</li> <li>⑤人参を入れて煮る。</li> <li>⑥調味料、さつまいもを入れて煮る。</li> <li>⑦味を見て、ねぎを入れて煮る。</li> <li>⑧味見後、温度確認。</li> </ol>
--	---

## 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、味付けのり、牛乳、もやし、 にんじん(2)、豚肉、大根、 冷凍豆腐、さつまいも、ねぎ	11	15	73.3 %

## 4 実施した食に関する指導の概要

<ul style="list-style-type: none"> <li>・給食だよりの活用。</li> <li>・給食時の放送の活用。</li> <li>・</li> </ul>
--