

千産千消デー実施報告書

学校名または共同調理場名 君津市学校給食共同調理場

1 当日の献立

| | |
|--|--|
| 献立 | |
| <ul style="list-style-type: none"> ・ごはん ・のりのつくだに ・牛乳 ・あつ焼きたまご ・ぶた肉とこまつなのちりめん ごまいため ・わかめと大根のみそ汁 | |

2 地場産物を活用した料理のレシピ

| | |
|---|--|
| <p>(1) 料理名 「ぶた肉と小松菜のちりめん ごまいため」</p> <p>(2) 1人分の材料</p> <ul style="list-style-type: none"> ・豚肉もも脂身無し小間 (15g) ・ちりめんじゃこ (7g) ・小松菜 (30g) ・(冷凍) 厚揚げ (15g) ・すりごま (2g) ・ごま油 (0.7g) ・こいくちしょうゆ (1.4g) ・本みりん (0.7g) ・オイスターソース (0.3g) ・穀物酢 (0.2g) | <p>(3) 作り方</p> <ol style="list-style-type: none"> ①小松菜は 2cm のざく切りにして、下ゆでをする。厚揚げはゆでて油抜きをする。 ②ごま油をしき、豚肉を炒めて火を通す。 ③ちりめんじゃこ、小松菜、厚揚げの順番で炒める。 ④こいくちしょうゆ、本みりん、オイスターソース、穀物酢を入れて、味付けをする。 ⑤最後にごまをふりかけて、出来上がり。 |
|---|--|

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、のり、卵、豚肉、小松菜、大根、ねぎ | 活用した 地場産物数 | 全食材数 | 割合 |
| | 8 | ÷ | 13 |

4 実施した食に関する指導の概要

| |
|--|
| <ul style="list-style-type: none"> ・給食一口メモ（校内放送）の活用 ・献立表への記載 ・給食の時間の巡回訪問とお話 |
|--|