

千産千消デー実施報告書

学校名または共同調理場名 南房総市内房学校給食センター

1 当日の献立

献立	
<ul style="list-style-type: none"> ・平群の恵みごはん ・牛乳 ・鯖のごまだれ ・梅おかか和え ・食べる味噌汁 ・花みかん 	

2 地場産物を活用した料理のレシピ

<p>(1)料理名 「梅おかか和え」</p> <p>(2)1人分の材料</p> <ul style="list-style-type: none"> ・はくさい (20g) ・こまつな (8g) ・キャベツ (20g) ・葉だいこん (7g) ・きゅうり (10g) ・かつお節 (0.4g) ・梅干し (1g) ・醤油 (4g) ・みりん (0.5g) 	<p>(3)作り方</p> <ol style="list-style-type: none"> ① はくさいとキャベツは1cm、こまつなは3cmに切る。 ② きゅうりは千切りにする。 ③ 葉だいこんは流水解凍しておく。 ④ 梅干しの種を除き、果肉を細かく刻む。 ⑤ ①②③の野菜をボイルし、冷却する。 ⑥ 野菜をかつお節、梅干し、醤油、みりんの和え衣で和える。
--	---

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		
米、黒米、赤米、牛乳、鯖、しょうが、はくさい、こまつな、キャベツ、葉だいこん、きゅうり、梅干し、かつお節、もち麦、豚肉、にんじん、だいこん、れんこん、根深ねぎ、みかん	活用した 地場産物数	全食材数	割合
	20	÷	22

4 実施した食に関する指導の概要

<p>【全校実施】</p> <ul style="list-style-type: none"> ・献立表、給食ひとくちメモ等で地場産物の資料配布 ・給食時の校内放送 <p>【所属校】</p> <ul style="list-style-type: none"> ・学級担任による食に関するミニ指導 <p>【地域・家庭】</p> <ul style="list-style-type: none"> ・教育委員会HPへの掲載、周知

千産千消デー実施報告書

学校名または共同調理場名 南房総市朝夷学校給食センター

1 当日の献立

献立	
<ul style="list-style-type: none"> ・ごはん ・さばのごま竜田 ・切干とはすの炒め煮 ・かぼちゃのみそ汁 ・みかん 	

2 地場産物を活用した料理のレシピ

<p>(1)料理名 「かぼちゃのみそ汁」</p> <p>(2) 1人分の材料</p> <ul style="list-style-type: none"> ・かぼちゃ (20g) ・豆腐 (10g) ・玉葱 (10g) ・かつお節 (1.4g) ・さば節 (1.2g) ・みそ (8.8g) 	<p>(3)作り方</p> <ol style="list-style-type: none"> ①かつお節とさば節でだしを取る。 ②かぼちゃは厚めのいちょう切り、豆腐は角切り、玉葱はスライスする。 ③だし汁の中に具材を入れて、煮崩れないように加熱する。 ④みそを入れて味を調える。
---	---

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		
米、牛乳、さば、豚肉、切干大根、れんこん、干し椎茸、人参、葉大根、かぼちゃ、豆腐、みそ、かつお節、さば節、みかん	活用した 地場産物数	全食材数	割合
	15	÷	16
		=	93.8
			%

4 実施した食に関する指導の概要

<p>【全校実施】</p> <ul style="list-style-type: none"> ・献立表、給食ひとくちメモ等で地場産物の資料配布 ・給食時の校内放送 ・資料を活用し学級担任から地場産物の紹介 <p>【所属校】</p> <ul style="list-style-type: none"> ・給食時間の巡回 <p>【地域・家庭】</p> <ul style="list-style-type: none"> ・教育委員会 HP への掲載、周知

千産千消デー実施報告書

学校名または共同調理場名 南房総市丸山学校給食センター

1 当日の献立

献立	
<ul style="list-style-type: none"> ・古代米ごはん ・サバのカレー焼き ・納豆和え ・豚汁 ・牛乳 	

2 地場産物を活用した料理のレシピ

<p>(1) 料理名 「サバのカレー焼き」</p> <p>(2) 1人分の材料</p> <ul style="list-style-type: none"> ・サバ1切 (50g) ・酒 (1g) ・みりん (1g) ・カレー粉 (0.3g) ・薄口しょうゆ (2g) ・ソテーオニオン (3g) 	<p>(3) 作り方</p> <ol style="list-style-type: none"> ①サバ以外の調味料をよく混ぜ合わせる。 ②①の調味液にサバを漬ける。 ③スチコンで蒸し焼きにする。
--	--

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		
牛乳、米、赤米、黒米、サバ、葉大根、キャベツ、人参(2)、きゅうり、菜の花、納豆、鰹糸削り、こんにゃく、里芋、大根、長ねぎ	活用した 地場産物数	全食材数	割合
	17	÷	19

4 実施した食に関する指導の概要

<p>【全校実施】</p> <ul style="list-style-type: none"> ・献立表、給食ひとくちメモ等で地場産物の資料配布 ・校内放送の活用 <p>【小学校】</p> <ul style="list-style-type: none"> ・給食時間の巡回訪問とお話 <p>【地域・家庭】</p> <ul style="list-style-type: none"> ・教育委員会HPへの掲載、周知
--