


千産千消デー実施報告書

学校名または共同調理場名

千葉市立稲毛第二小学校

1 献立

献立	
ごはん	
牛乳	
焼きのり	
いわしのかば焼き	
さつま汁	
ひじきのマリネ	
みかん	

2 地場産物を活用した料理のレシピ

(1) 料理名 いわしのかば焼き	(3) 作り方 ①でんぶんと米粉を混ぜ合わせる。 ②いわしに、粉を付ける。 ③160度の油で揚げる。 ④すりおろしたしょうが・調味料・水を煮立たせて、たれを作る。 ⑤揚げたいわしに、たれと白いりごまを絡める。
(2) 1人分の材料	
いわし 開き 30g 白いりごま 1g	
でんぶん 2g	
米粉 1g	
大豆白絞油 2.4g	
しょうが 0.5g	
しょうゆ 3g	
三温糖 2g	
酒 1g	
みりん 1g	
水 2.5g	

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 のり いわし さつまいも にんじん ながねぎ 豆腐	69%

4 千産千消デーで実施した食に関する指導の概要

校内放送を活用し、地場産物について説明（産地・旬について）
給食時間における教室訪問
一口メモを作成し、クラスに配付

5 11月の指導回数

8回

6 その他

千葉市産のさつまいも、こまつな、キャベツを活用した特別献立を実施した。
千葉市産の新米「こしひかり」の提供に合わせて、10月にお米の生産者授業を実施した。

千産千消デー実施報告書

学校名または共同調理場名

千葉市立幕張西小学校

1 献立

献立	
ごはん 牛乳 いわしの更紗揚げ 豆乳汁 焼きのり バインアップル	

2 地場産物を活用した料理のレシピ

(1) 料理名 いわしの更紗揚げ	(3) 作り方 ①いわしに、おろししょうが、しょうゆ、酒、カレー粉をまぶし、下味をつける。 ②①に米粉を全体にまぶして、余分な粉をおとす。 ③油できつね色になるまで油で揚げる。
(2) 1人分の材料 いわし 40 g しょうが 0.6 g しょうゆ 1.5 g 酒 0.3 g カレー粉 0.8 g 米粉 1.5 g 揚げ油 3.5 g	

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 鶏肉 焼きのり	76%
牛乳 人参	
いわし 大根	
米粉 長ねぎ	

4 千産千消デーで実施した食に関する指導の概要

給食の時間に校内放送を活用し、地産地消について説明
給食の時間における学級訪問
資料を作成し、児童に配布

5 11月の指導回数

13回

6 その他

本市の地場産物である人参、小松菜、キャベツを使ったレシピを実施し、資料を配布した。
給食委員会の活動の中で、地場産物を使用した献立や食材について調べ、給食の時間に放送をした。
地場産物の資料を、給食室前に掲示した。

千産千消デー実施報告書

学校名または共同調理場名

千葉市立幸町第三小学校

1 献立

献立	
ごはん	
牛乳	
いわしのみりん干し	
ちばっこ汁	
大学芋 小袋のり	

2 地場産物を活用した料理のレシピ

<p>(1) 料理名 大学芋</p> <p>(2) 1人分の材料</p> <table border="0"> <tr><td>さつまいも</td><td>55 g</td></tr> <tr><td>大豆白絞油</td><td>2.2 g</td></tr> <tr><td>上白糖</td><td>3.5 g</td></tr> <tr><td>水あめ</td><td>4.8 g</td></tr> <tr><td>しょうゆ</td><td>0.5 g</td></tr> <tr><td>本みりん</td><td>1.2 g</td></tr> <tr><td>黒いりごま</td><td>1.3 g</td></tr> <tr><td>水</td><td>3.5 g</td></tr> </table>	さつまいも	55 g	大豆白絞油	2.2 g	上白糖	3.5 g	水あめ	4.8 g	しょうゆ	0.5 g	本みりん	1.2 g	黒いりごま	1.3 g	水	3.5 g	<p>(3) 作り方</p> <p>①ごまを炒る。</p> <p>②砂糖、水あめ、しょうゆ、みりん、水を煮立たせ、たれを作る。</p> <p>③さつまいもを素揚げする。</p> <p>④油をよくきり、揚げたさつまいもとたれ、ごまを加えあえる。</p>
さつまいも	55 g																
大豆白絞油	2.2 g																
上白糖	3.5 g																
水あめ	4.8 g																
しょうゆ	0.5 g																
本みりん	1.2 g																
黒いりごま	1.3 g																
水	3.5 g																

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）												
<table border="0"> <tr> <td>米</td> <td>牛乳</td> <td>さといも</td> <td>さつまいも</td> </tr> <tr> <td>かぶ</td> <td>だいこん</td> <td>マッシュルーム</td> <td>いわし</td> </tr> <tr> <td>のり</td> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> </table>	米	牛乳	さといも	さつまいも	かぶ	だいこん	マッシュルーム	いわし	のり				82%
米	牛乳	さといも	さつまいも										
かぶ	だいこん	マッシュルーム	いわし										
のり													

4 千産千消デーで実施した食に関する指導の概要

・校内放送を活用し、地産地消について説明し、当日使用している品目について知らせた。
・給食時間における学級で指導をした。千葉県と千葉市の食べ物マップを用いて、千葉県の産物について説明した。（1年生）
・タブレット端末を活用し、電子連絡版で千産千消デーについて当日の調理の様子や献立を紹介をした。

5 11月の指導回数

13回

6 その他


・本市の地場産物である、こまつな、キャベツを使い、11月の給食で取り入れた。
・千葉市若葉区で収穫された葉付きの秋冬にんじんを児童の目に触れられるように展示をした。

千産千消デー実施報告書

学校名または共同調理場名

千葉市立高洲第三小学校

1 献立

献立	
麦ご飯	
牛乳	
千葉県産焼きのり	
いわしの蒲焼き	
大根と里芋のごま味噌煮	

2 地場産物を活用した料理のレシピ

(1) 料理名 いわしの蒲焼き	(3) 作り方
(2) 1人分の材料	①しょうがは、すりおろしておく。
いわし 40 g	②でんぷんをつけて、いわしを揚げる。
でんぷん 5.6 g	③砂糖以外の調味料を合わせて、加熱する。
油 1.6 g	④煮立ったところに、砂糖を加えて溶かす。
砂糖 2.2 g	⑤砂糖が溶けたら、水溶きでんぷんとろみをつけてたれの完成。
しょうゆ 3.6 g	⑥いわしにたれをかける。
酒 1.3 g	
みりん 1.3 g	
しょうが 0.3 g	
でんぷん 0.3 g	
水 3.6 g	

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 のり いわし 豚肉 だいこん にんじん ねぎ	72%

4 千産千消デーで実施した食に関する指導の概要

給食一口メモを校内放送で活用し、地産地消について説明した。
給食時間における学級訪問を行った。
千葉県産キャベツ、こまつなを使用した食育資料を各クラスに配付し、教室で話題にしていだけるよう担任に周知した。
予定献立表、盛り付け表で、地産地消献立の記載した。
児童の委員会活動で、給食一口メモを作成し地産地消や千葉県の特産物などについて取り上げた内容を作成した。

5 11月の指導回数

11回

6 その他

特になし

千産千消デー実施報告書

学校名または共同調理場名

千葉市立高洲第四小学校

1 献立

献立	
ごはん 牛乳 いわしのかば焼き キャベツたっぷり豚汁 こまつなのごまマリネ りんご	

2 地場産物を活用した料理のレシピ

(1) 料理名 いわしのかば焼き	(3) 作り方 ①砂糖、しょうゆ、本みりんを合わせて火にかけ、少しとろみが付くまで加熱する。 ②いわしにでんぷんと米粉を合わせた衣をまぶす。 ③170℃の油で5分揚げる。 ④③のいわしに①のたれをかける。
(2) 1人分の材料 いわし 50 g でんぷん 2.2 g 米粉 3.3 g 油 5 g 砂糖 2.6 g しょうゆ 3 g 本みりん 0.7 g	

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 いわし にんじん	55%

4 千産千消デーで実施した食に関する指導の概要

給食の時間における学級訪問
一口メモの配付

5 11月の指導回数

8回

6 その他

10月に本市の地場産物であるさつまいもを使った共通メニューを提供し、レシピや一口メモを配付した。

千産千消デー実施報告書

学校名または共同調理場名

千葉市真砂第五小学校

1 献立

献立	
麦ごはん	
牛乳	
にんじんたっぷりビビンバ丼	
韓国風スープ パイナップル	

2 地場産物を活用した料理のレシピ

<p>(1) 料理名 にんじんたっぷりビビンバ丼</p> <p>(2) 1人分の材料</p> <table border="0"> <tr> <td>豚肉</td> <td>30 g</td> <td>米みそ</td> <td>2.3 g</td> </tr> <tr> <td>砂糖 (下味)</td> <td>1 g</td> <td>砂糖</td> <td>0.6 g</td> </tr> <tr> <td>しょうゆ (下味)</td> <td>3 g</td> <td>みりん</td> <td>0.7 g</td> </tr> <tr> <td>みりん (下味)</td> <td>1 g</td> <td>ごま油</td> <td>0.3 g</td> </tr> <tr> <td>にんじん</td> <td>25 g</td> <td>ごま</td> <td>2 g</td> </tr> <tr> <td>こまつな</td> <td>9 g</td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>りょくとうもやし</td> <td>38 g</td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>しょうが</td> <td>0.5 g</td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>なたね油</td> <td>0.5 g</td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>トウバンジャン</td> <td>0.02 g</td> <td></td> <td></td> </tr> </table>	豚肉	30 g	米みそ	2.3 g	砂糖 (下味)	1 g	砂糖	0.6 g	しょうゆ (下味)	3 g	みりん	0.7 g	みりん (下味)	1 g	ごま油	0.3 g	にんじん	25 g	ごま	2 g	こまつな	9 g			りょくとうもやし	38 g			しょうが	0.5 g			なたね油	0.5 g			トウバンジャン	0.02 g			<p>(3) 作り方</p> <p>①豚肉は、砂糖、しょうゆ、みりんで下味をつけておく。</p> <p>②にんじんは千切りにする。こまつなはざく切りにして下茹でする。しょうがはすりおろす。</p> <p>③なたね油をひき、しょうが、トウバンジャンを炒め香りをだす。</p> <p>④豚肉を炒める。にんじんを加え炒める。</p> <p>⑤りょくとうもやしを加え、調味料で調味する。</p> <p>⑥こまつなを加え、ごま、ごま油を加える。</p>
豚肉	30 g	米みそ	2.3 g																																						
砂糖 (下味)	1 g	砂糖	0.6 g																																						
しょうゆ (下味)	3 g	みりん	0.7 g																																						
みりん (下味)	1 g	ごま油	0.3 g																																						
にんじん	25 g	ごま	2 g																																						
こまつな	9 g																																								
りょくとうもやし	38 g																																								
しょうが	0.5 g																																								
なたね油	0.5 g																																								
トウバンジャン	0.02 g																																								

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 豚肉 鶏肉	62%

4 千産千消デーで実施した食に関する指導の概要

給食メモの活用
給食の時間の巡回訪問とお話

5 11月の指導回数

10回

6 その他

校内放送を活用し、地産地消について説明を行った。
給食だよりに地産地消について掲載した。

千産千消デー実施報告書

学校名または共同調理場名

千葉市立高浜第一小学校

1 献立

献立	
ごはん	
牛乳	
中華丼の具	
卵スープ	
バナナ	

2 地場産物を活用した料理のレシピ

<p>(1) 料理名 卵スープ</p> <p>(2) 1人分の材料</p> <table border="0"> <tr> <td>にんじん</td> <td>8 g</td> <td>片栗粉</td> <td>0.7 g</td> </tr> <tr> <td>大根</td> <td>20 g</td> <td>水</td> <td>110 g</td> </tr> <tr> <td>チンゲンサイ</td> <td>10 g</td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>長ねぎ</td> <td>10 g</td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>卵</td> <td>20 g</td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>干しいたけ</td> <td>0.5 g</td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>豆腐</td> <td>20 g</td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>洋風だし</td> <td>1 g</td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>食塩</td> <td>0.4 g</td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>ごま油</td> <td>1 g</td> <td></td> <td></td> </tr> </table>	にんじん	8 g	片栗粉	0.7 g	大根	20 g	水	110 g	チンゲンサイ	10 g			長ねぎ	10 g			卵	20 g			干しいたけ	0.5 g			豆腐	20 g			洋風だし	1 g			食塩	0.4 g			ごま油	1 g			<p>(3) 作り方</p> <p>①材料の下処理をする。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・にんじん、大根はいちょう切り ・チンゲンサイは2 cmのざく切り ・長ねぎは小口切り ・豆腐は1 cmのさいの目切り ・しいたけは水で戻しておく <p>②鍋でお湯を沸かし、にんじん・大根を入れる。</p> <p>③しいたけ・豆腐を加える。</p> <p>④チンゲンサイと調味料を入れ、水溶き片栗粉でとろみをつける。</p> <p>⑤溶き卵を回し入れ、ねぎ、ごま油を加え仕上げる。</p>
にんじん	8 g	片栗粉	0.7 g																																						
大根	20 g	水	110 g																																						
チンゲンサイ	10 g																																								
長ねぎ	10 g																																								
卵	20 g																																								
干しいたけ	0.5 g																																								
豆腐	20 g																																								
洋風だし	1 g																																								
食塩	0.4 g																																								
ごま油	1 g																																								

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	大根	チンゲンサイ	65%
長ねぎ	にんじん	卵		

4 千産千消デーで実施した食に関する指導の概要

給食時間における学級訪問
一口メモの配付

5 11月の指導回数

8回

6 その他

特になし

千産千消デー実施報告書

学校名または共同調理場名

千葉市立稲浜小学校

1 献立

献立	
麦ごはん 牛乳 さばのしょうが焼き こまつなのおひたし かきたま汁 バナナ	

2 地場産物を活用した料理のレシピ

(1) 料理名 さばのしょうが焼き	(3) 作り方 ①しょうがをすりおろす。 ②さばをしょうが、調味料に漬け込む。 ③オーブンで焼いて、配食する。
(2) 1人分の材料 まさば 50g しょうが 1g しょうゆ 3g 本みりん 1g 酒 2g	

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 まさば こまつな にんじん 鶏肉 卵	71%

4 千産千消デーで実施した食に関する指導の概要

校内放送にて、千産千消について説明
給食時間における学級訪問
給食室前に千産千消デーに関する一口メモを掲示
タブレット端末の掲示板にて千産千消について説明

5 11月の指導回数

13回

6 その他

特になし

千産千消デー実施報告書

学校名または共同調理場名

千葉市立磯辺第三小学校

1 献立

献立	
ごはん	
牛乳	
あじの香り揚げ	
キャベツたっぷりごま豚汁	
こまつなのおひたし	
焼きのり	

2 地場産物を活用した料理のレシピ

<p>(1) 料理名 こまつなのおひたし</p> <p>(2) 1人分の材料</p> <table border="0"> <tr><td>こまつな</td><td>30 g</td></tr> <tr><td>にんじん</td><td>5 g</td></tr> <tr><td>もやし</td><td>20 g</td></tr> <tr><td>しょうゆ</td><td>2.5 g</td></tr> <tr><td>みりん</td><td>1 g</td></tr> <tr><td>和風だし</td><td>0.1 g</td></tr> </table>	こまつな	30 g	にんじん	5 g	もやし	20 g	しょうゆ	2.5 g	みりん	1 g	和風だし	0.1 g	<p>(3) 作り方</p> <p>①こまつなは2cmのざく切り、にんじんは千切りにする。</p> <p>②こまつな、にんじん、もやしはそれぞれ加熱後水冷し、保冷庫で冷却する。</p> <p>③しょうゆ、みりん、和風だしを合わせて加熱後水冷し、保冷庫で冷却する。</p> <p>④こまつな、にんじん、もやし、和え衣をよく和える。</p>
こまつな	30 g												
にんじん	5 g												
もやし	20 g												
しょうゆ	2.5 g												
みりん	1 g												
和風だし	0.1 g												

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）								
<table border="0" style="width: 100%;"> <tr> <td style="text-align: center;">米</td> <td style="text-align: center;">牛乳</td> <td style="text-align: center;">豚肉</td> <td style="text-align: center;">こまつな</td> </tr> <tr> <td style="text-align: center;">にんじん</td> <td style="text-align: center;">もやし</td> <td style="text-align: center;">焼きのり</td> <td></td> </tr> </table>	米	牛乳	豚肉	こまつな	にんじん	もやし	焼きのり		61%
米	牛乳	豚肉	こまつな						
にんじん	もやし	焼きのり							

4 千産千消デーで実施した食に関する指導の概要

千産千消について栄養士が給食一口メモを作成し、給食委員会の児童が給食中の校内放送で全校児童に周知した。
給食時間中に各クラスを訪問し、千葉の特産物をたくさん使用していることを伝えた。
「千産千消献立」を献立表に記載し、周知した。
地産地消の利点について給食だよりに記載し、周知した。

5 11月の指導回数

10回

6 その他

特になし

千産千消デー実施報告書

学校名または共同調理場名

千葉市立打瀬小学校

1 献立

献立	
ごはん	
焼きのり	
牛乳	
いわしの更紗揚げ	
しめじあえ	
さつま汁	
みかん	

2 地場産物を活用した料理のレシピ

<p>(1) 料理名 いわしの更紗揚げ</p> <p>(2) 1人分の材料</p> <p>いわし（開き） 45g しょうが 1g しょうゆ 3g 酒 0.6g カレー粉 0.2g でん粉 7g 大豆白絞油 4g</p>	<p>(3) 作り方</p> <p>①しょうがはおろす。 ②おろしたしょうが、しょうゆ、酒、カレー粉を合わせる。 ③②でいわしに下味を付ける。 ④でん粉をつけて、中温の油で揚げる。</p>
---	--

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	のり	いわし	79%
豚肉	さつまいも	こまつな	にんじん	
だいこん	長ねぎ			

4 千産千消デーで実施した食に関する指導の概要

給食だよりを活用した千葉県産食材の紹介
ひとくちメモの配付（千葉県産の農水産物の紹介）
給食に時間における学級訪問
給食委員会による給食中の放送

5 11月の指導回数

14回

6 その他

千葉市全体で、地場産物を使用した共通メニューを提供している。

千産千消デー実施報告書

学校名または共同調理場名

千葉市立海浜打瀬小学校

1 献立

献立	
ごはん	
牛乳	
キムチチャブチェ	
大豆と春雨のしゃりしゃり揚げ	
にらたまスープ	
オレンジ	

2 地場産物を活用した料理のレシピ

<p>(1) 料理名 にらたまスープ</p> <p>(2) 1人分の材料</p> <table border="0"> <tr> <td>鶏もも肉</td> <td>20g</td> <td>鶏卵</td> <td>17g</td> </tr> <tr> <td>料理酒</td> <td>1g</td> <td>水</td> <td>90g</td> </tr> <tr> <td>にんじん</td> <td>10g</td> <td>サラダ油</td> <td>0.5g</td> </tr> <tr> <td>たまねぎ</td> <td>20g</td> <td>ごま油</td> <td>0.3g</td> </tr> <tr> <td>ホールコーン</td> <td>7g</td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>にら</td> <td>10g</td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>中華だし</td> <td>0.5g</td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>チキンブイヨン</td> <td>10g</td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>食塩</td> <td>0.1g</td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>しょうゆ</td> <td>2g</td> <td></td> <td></td> </tr> </table>	鶏もも肉	20g	鶏卵	17g	料理酒	1g	水	90g	にんじん	10g	サラダ油	0.5g	たまねぎ	20g	ごま油	0.3g	ホールコーン	7g			にら	10g			中華だし	0.5g			チキンブイヨン	10g			食塩	0.1g			しょうゆ	2g			<p>(3) 作り方</p> <ol style="list-style-type: none"> ①鍋に油をひいて、一口大に切った鶏もも肉に酒・こしょうを少々ふって炒める。 ②いちょう切りにしたにんじんを炒める。 ③スライスしたたまねぎを炒める。 ④水を入れて煮る。 ⑤具に火が通ったら、チキンブイヨン、中華だし、しょうゆを入れ、こしょうを少々ふる。 ⑥3cm幅に切ったにら、水を切ったホールコーンを入れてひと煮たちさせる。 ⑦溶き卵を回し入れ、ひと煮たちさせる。 ⑧ごま油を回し入れる。
鶏もも肉	20g	鶏卵	17g																																						
料理酒	1g	水	90g																																						
にんじん	10g	サラダ油	0.5g																																						
たまねぎ	20g	ごま油	0.3g																																						
ホールコーン	7g																																								
にら	10g																																								
中華だし	0.5g																																								
チキンブイヨン	10g																																								
食塩	0.1g																																								
しょうゆ	2g																																								

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 こまつな にんじん だいず たまご	60%

4 千産千消デーで実施した食に関する指導の概要

校内放送で地産地消の意味や地産地消のよいところを伝える。
給食時間の教室訪問で、食材の産地や栄養について伝える。
地産地消について説明した給食メモを配付する。
タブレット端末を使用して、食材の産地や調理法を伝える。

5 11月の指導回数

12回

6 その他

10月に3年生が社会科の学習でにんじんを扱った際に、千葉県産と書かれたにんじんの段ボールを資料として提示した。

千産千消デー実施報告書

学校名または共同調理場名

千葉市立美浜打瀬小学校

1 献立

献立	
ごはん	
牛乳	
ツナそぼろ	
けんちん汁	
納豆	
焼き海苔	
みかん	

2 地場産物を活用した料理のレシピ

(1) 料理名 けんちん汁	(3) 作り方
(2) 1人分の材料	①にんじん、大根、里芋はいちょう切りにする。ごぼうはさがぎにする。
大根 15g 水 95g	②こんにゃくと豆腐は下茹でする。油揚げは油抜きする。
にんじん 10g 醤油 3.2g	③だしパックでだしをとる。
里芋 15g 酒 1.5g	④にんじん、ごぼう、大根をだし汁で煮る。
ごぼう 8g 塩 0.5g	⑤こんにゃく、えのきたけ、里芋を加えてさらに煮る。
長ねぎ 4g だしパック 1.5g	⑥豆腐、調味料を加える。
こまつな 5g	⑦長ねぎ、こまつなを加える。
豆腐 30g	⑧味を調える。
こんにゃく 13g	
油揚げ 4g	
えのきたけ 5g	

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 大根 にんじん 長ねぎ 豆腐 焼き海苔 納豆	74%

4 千産千消デーで実施した食に関する指導の概要

給食時間における学級訪問
校内放送を活用し、地産地消について説明（旬の食べ物は栄養が豊富にある）

5 11月の指導回数

20回

6 その他

10月に地元の漁協と連携した授業の一環として千葉県産の海苔を給食で使用した。

千産千消デー実施報告書

学校名または共同調理場名

千葉市立高洲小学校

1 献立

献立	
麦ごはん	
牛乳	
さばのカレー揚げ	
のり和え	
豆乳豚汁 みかん	

2 地場産物を活用した料理のレシピ

<p>(1) 料理名 豆乳豚汁</p> <p>(2) 1人分の材料</p> <table border="0"> <tr> <td>豚肉 (小間切れ)</td> <td>10 g</td> <td>水</td> <td>90 g</td> </tr> <tr> <td>にんじん</td> <td>10 g</td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>大根</td> <td>15 g</td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>さつまいも</td> <td>15 g</td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>ぶなしめじ</td> <td>6 g</td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>長ねぎ</td> <td>5 g</td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>こまつな</td> <td>8 g</td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>調整豆乳</td> <td>10 g</td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>白みそ</td> <td>7 g</td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>かつおだし</td> <td>1.8 g</td> <td></td> <td></td> </tr> </table>	豚肉 (小間切れ)	10 g	水	90 g	にんじん	10 g			大根	15 g			さつまいも	15 g			ぶなしめじ	6 g			長ねぎ	5 g			こまつな	8 g			調整豆乳	10 g			白みそ	7 g			かつおだし	1.8 g			<p>(3) 作り方</p> <p>①にんじん・大根は3mm厚さのちょう切り、さつまいもは8mm厚さのちょう切り、長ねぎは小口切りにする。</p> <p>②ぶなしめじはほぐす。こまつなは2cm長さに切ってから、ゆでて水冷する。</p> <p>③水とだしパックを鍋に入れて火にかける。</p> <p>④にんじん、大根、しめじ、さつまいもの順に入れて煮る。</p> <p>⑤みそを溶かしながら入れる。</p> <p>⑥長ねぎ、こまつな、豆乳を入れる。</p>
豚肉 (小間切れ)	10 g	水	90 g																																						
にんじん	10 g																																								
大根	15 g																																								
さつまいも	15 g																																								
ぶなしめじ	6 g																																								
長ねぎ	5 g																																								
こまつな	8 g																																								
調整豆乳	10 g																																								
白みそ	7 g																																								
かつおだし	1.8 g																																								

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	さば	豚肉	82%
のり	さつまいも	こまつな	大根	
にんじん	長ねぎ			

4 千産千消デーで実施した食に関する指導の概要

給食だよりに、地産地消について記載 (千産千消の紹介)
給食に時間における学級訪問
給食メモにて、千葉県産の食材を紹介 (各クラスで学級担任から周知)
給食試食会

5 11月の指導回数

11回


6 その他

千産千消デー実施報告書

学校名または共同調理場名

千葉市立真砂東小学校

1 献立

献立	
ごはん	
牛乳	
いわしの更紗揚げ	
納豆	
肉豆腐	
パイナップル	

2 地場産物を活用した料理のレシピ

(1) 料理名 肉豆腐	(3) 作り方
(2) 1人分の材料	①豆腐1.5cm角にしてゆで、干しいたけは水で戻す。
豚小間 12g 油 1.7g	②にんじん短冊、ねぎ斜めスライス、にら2cm、はくさいは葉と芯を分けて短冊、しょうがはみじん切りにする。
豆腐 40g 三温糖 1.7g	③油で肉を炒めほぐし、しいたけ、にんじん、しょうがをいれて炒める。
にんじん 4.2g でんぶん 1.7g	④しいたけの戻し汁と水を加えて煮る。
ねぎ 12.5g 和風だし 0.65g	⑤調味料を加えて煮る。
にら 4.2g 水 25.5g	⑥ねぎ、はくさいの芯、にらを入れて煮る。
はくさい 12.5g	⑦豆腐、はくさいの葉を加える。
干しいたけ 0.85g	⑧味を調え、でんぶんできもちをつける。
しょうが 0.4g	
清酒 0.85g	
しょうゆ 4.2g	

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 いわし 納豆 にんじん ねぎ にら	77%

4 千産千消デーで実施した食に関する指導の概要

・地場産物についての資料を配付した。
・給食一口メモを出した。
・食材についての資料を掲示した。

5 11月の指導回数

8回

6 その他

・年に数回、地場産物を使用した市内共通献立を提供している。

千産千消デー実施報告書

学校名または共同調理場名

千葉市立真砂西小学校

1 献立

献立	
ごはん 牛乳 手作り春巻き こまつなと切干大根の和え物 ふわふわ卵スープ 千葉県産焼きのり 花みかん	

2 地場産物を活用した料理のレシピ

(1) 料理名 こまつなと切干大根の和え物	(3) 作り方 ①にんじんは千切り、こまつなは2cm程度のざく切り、長ねぎはみじん切り、しょうがはすりおろしにする。 ②切干大根は水で戻す。 ③にんじん、こまつな、りょくとうもやし、切干大根はそれぞれ茹でて冷やす。 ④長ねぎ、しょうが、調味料は合わせて加熱してから冷やす。 ⑤③④とごまを和える。
(2) 1人分の材料 にんじん 8g ごま 1.8g こまつな 17g りょくとうもやし 24g 切干大根 1.8g 長ねぎ 1.2g しょうが 0.5g しょうゆ 3.9g 酢 1.5g ごま油 1g 三温糖 1.5g	

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 豚肉 鶏肉 卵 にんじん こまつな 長ねぎ チンゲンサイ にら のり	67%

4 千産千消デーで実施した食に関する指導の概要

地産地消や地場産物についてひとくちメモを配付
校内放送を活用し、地産地消について説明
給食時間による教室訪問
給食委員会の児童と一緒に地場産物についての紹介クイズを実施

5 11月の指導回数

16回

6 その他

特になし

千産千消デー実施報告書

学校名または共同調理場名

千葉市立高浜海浜小学校

1 献立

献立	
ひじきごはん	
牛乳	
さばのごまみそ焼き	
秋色すまし汁	
バナナ	

2 地場産物を活用した料理のレシピ

<p>(1) 料理名 さばのごまみそ焼き</p> <p>(2) 1人分の材料</p> <table border="0"> <tr><td>さば</td><td>40 g</td></tr> <tr><td>白いりごま</td><td>2 g</td></tr> <tr><td>白すりごま</td><td>1 g</td></tr> <tr><td>みそ</td><td>7 g</td></tr> <tr><td>上白糖</td><td>2 g</td></tr> <tr><td>本みりん</td><td>2 g</td></tr> <tr><td>清酒</td><td>1 g</td></tr> <tr><td>ごま油</td><td>0.2 g</td></tr> </table>	さば	40 g	白いりごま	2 g	白すりごま	1 g	みそ	7 g	上白糖	2 g	本みりん	2 g	清酒	1 g	ごま油	0.2 g	<p>(3) 作り方</p> <p>①調味料・ごまを混ぜ合わせる。</p> <p>②さばに①を塗り、漬け込む。</p> <p>③下味をつけたさばを鉄板に並べる。</p> <p>④200℃に予熱したオーブンで、15分ほど焼く。</p>
さば	40 g																
白いりごま	2 g																
白すりごま	1 g																
みそ	7 g																
上白糖	2 g																
本みりん	2 g																
清酒	1 g																
ごま油	0.2 g																

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	ひじき	にんじん	牛乳	65%
さば	だいこん	こまつな		

4 千産千消デーで実施した食に関する指導の概要

給食メモを活用し、地産地消について説明（地元の食材は新鮮でおいしいこと）
校内放送を活用し、地産地消について説明（千葉の恵みに感謝して味わうこと）
給食の時間における学級訪問
タブレット端末を活用し、千産千消デーや給食を作る様子を紹介

5 11月の指導回数

13回

6 その他

9月に第3学年の社会科で、本市の地場産物であるにんじんについて学習し、給食で提供した。

千産千消デー実施報告書

学校名または共同調理場名

千葉市立磯辺小学校

1 献立

献立	
麦ごはん	
牛乳	
いわしの甘露煮	
豆乳味噌汁	
ごま和え	
みかん	

2 地場産物を活用した料理のレシピ

<p>(1) 料理名 いわしの甘露煮</p> <p>(2) 1人分の材料</p> <table border="0"> <tr><td>いわし</td><td>40 g</td></tr> <tr><td>ねぎ</td><td>2 g</td></tr> <tr><td>しょうが</td><td>1 g</td></tr> <tr><td>清酒</td><td>1 g</td></tr> <tr><td>三温糖</td><td>1.5 g</td></tr> <tr><td>しょうゆ</td><td>3 g</td></tr> <tr><td>みりん</td><td>1 g</td></tr> <tr><td>酢</td><td>1 g</td></tr> <tr><td>水</td><td>20 g</td></tr> </table>	いわし	40 g	ねぎ	2 g	しょうが	1 g	清酒	1 g	三温糖	1.5 g	しょうゆ	3 g	みりん	1 g	酢	1 g	水	20 g	<p>(3) 作り方</p> <p>①ねぎをぶつ切り、しょうがを薄切りにする。</p> <p>②水と調味料を煮立てる。</p> <p>③ねぎ、生姜、いわしを入れてじっくりと煮る。</p>
いわし	40 g																		
ねぎ	2 g																		
しょうが	1 g																		
清酒	1 g																		
三温糖	1.5 g																		
しょうゆ	3 g																		
みりん	1 g																		
酢	1 g																		
水	20 g																		

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 いわし ねぎ にんじん 大根 ほうれん草	68%

4 千産千消デーで実施した食に関する指導の概要

給食だよりに地産地消について掲載
校内放送を活用し、地産地消について説明
給食の時間における学級訪問
給食一口メモを発行

5 11月の指導回数

14回

6 その他

6月に市内産のじゃがいもを使用したメニューを提供した。
6月と10月に市内産のにんじんを使用したメニューを提供した。

千産千消デー実施報告書

学校名または共同調理場名

千葉市立幸町小学校

1 献立

献立	
さつまいもごはん 牛乳 ししゃもの磯辺揚げ キャベツたっぷり豚汁 のりあえ みかん	

2 地場産物を活用した料理のレシピ

(1) 料理名 のりあえ (2) 1人分の材料 こまつな 20g 2cmカット もやし 20g にんじん 5g 千切り キャベツ 10g ざく切り きざみのり 0.5g 砂糖 0.5g たれ しょうゆ 2g たれ みりん 1.5g たれ	(3) 作り方 ①たれを加熱し、冷却する。 ②野菜をそれぞれゆでて水冷し、冷却する。 ③野菜とたれ、のりを混ぜ合わせる。
--	---

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 豚肉 さつまいも にんじん キャベツ きざみのり	84%

4 千産千消デーで実施した食に関する指導の概要

校内放送を活用し、地場産物について説明した。
給食時間による学級訪問を実施した。

5 11月の指導回数

15回

6 その他

特になし。

千産千消デー実施報告書

学校名または共同調理場名

千葉市新港学校給食センター

1 献立

献立	
ごはん	
焼きのり	
牛乳	
いわしの青のりフライ	
キャベツの辛み汁	
野菜のごま和え	

2 地場産物を活用した料理のレシピ

(1) 料理名 キャベツの辛み汁	(3) 作り方 ①野菜を切る。一にんじん5mmちょう切り、キャベツ1cm短冊切り、えのきたけ一石づきを取り横半分切る、 さといも1cmちょう切り、油揚げ一短冊切り、油抜き、豆腐1.5cm角、ねぎ3mm小口切り、だいこん葉1cm小口切り
(2) 1人分の材料	
なたね油 0.4g 根深ねぎ 5g	②だしパックでだしをとる。
トウバンジャン 1g だいこん葉 5g	③油でトウバンジャンを炒める。
豚もも肉 20g だしパック 1g	④ぶたもも小間を炒め、酒を入れる。
酒 0.4g しょうゆ 1.5g	⑤にんじんを加え、炒める。
にんじん 10g みそ 10g	⑥水を入れ、沸騰したらあくを取る。
キャベツ 30g 塩 0.1g	⑦豆腐、油揚げ、えのきたけを入れる。
えのきたけ 5g 水 100g	⑧さといもを入れる。
さといも 20g	⑨だし汁、調味料(しょうゆ、塩、みそ)を入れる。
油揚げ 10g	⑩キャベツを入れる。
豆腐 20g	⑪根深ねぎ、だいこん葉を入れて、仕上げる。

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 キャベツ いわし	81%
のり こまつな	
牛乳 さといも にんじん 豆腐	

4 千産千消デーで実施した食に関する指導の概要

・一口メモの掲示で、地産地消、千葉市産のキャベツ、こまつなを周知する。
・教師用給食献立資料で、千葉市産のキャベツ、こまつなの献立、地産地消の献立を紹介し、生徒への食育に活用してもらう。
・放送用献立表で千葉市産キャベツ、こまつな、地産地消について記載した内容を給食時間に放送してもらう。
・給食日より千葉県の地場産物、給食での地場産物の活用を紹介をし、家庭での地場産物の活用を呼びかける。
・給食時間に学校に訪問し、給食の地場産物の活用を紹介する。

5 11月の指導回数

3回

6 その他

・地場産物を多く取り入れた献立の提供