


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. 当日の献立と地場産物を活用した料理のレシピ

当日の給食の献立（献立名）	ごはん 牛乳 鯨ころころ竜田 アーモンド和え 体ぽかぽか根菜汁 みかん
地場産物を活用した料理のレシピ	レシピ名「 体ぽかぽか根菜汁 」 材料（1人分）：豚小間切れ肉15g、にんじん10g、だいこん20g、
作り方	（1人分の写真を添付してください。）
① にんじん・だいこん・れんこん・ごぼうはいちょう切り、長ねぎは小口切りにする。	
② だしパックで出汁をとる。	
③ 豚肉をほぐし入れ、ごぼう、にんじん、れんこん、だいこんの順に加え、灰汁を丁寧に取りながら煮込む。	
④ 水で溶いた酒かすを加えさらに煮込む。	
⑤ 野菜に火が通ったら、味噌を加え、味をととのえる。	

2 活用した地場産物

活用した地場産物（県内農林水産物）												
【県内産】 牛乳・豚肉・にんじん（2）・だいこん・キャベツ・小松菜 【市内産】 米・鯨・ごぼう・れんこん・みかん （米粉、味噌）												
全食材数に対する地場産物（県内農林水産物）の割合												
<table style="width: 100%; text-align: center;"> <tr> <td>活用した地場産物数</td> <td>÷</td> <td>全食材数</td> <td>=</td> <td>割合</td> <td></td> </tr> <tr> <td style="border: 1px solid black; padding: 5px;">12</td> <td></td> <td style="border: 1px solid black; padding: 5px;">15</td> <td></td> <td style="border: 1px solid black; padding: 5px;">80.0</td> <td>%</td> </tr> </table>	活用した地場産物数	÷	全食材数	=	割合		12		15		80.0	%
活用した地場産物数	÷	全食材数	=	割合								
12		15		80.0	%							


3 実施した食に関する指導の概要

【全校実施】 ・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 【所属校】 ・学級担任による食に関するミニ指導 【地域・家庭】 ・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. 当日の献立と地場産物を活用した料理のレシピ

当日の給食の献立（献立名）	ごはん さんま一夜干し 青大豆の磯煮 小松菜のみそ汁 みかん
地場産物を活用した料理のレシピ	レシピ名「 青大豆の磯煮 」 材料（1人分）：油0.5g 豚肉5g 人参7g つきこんにゃく10g さつまいも5g 青大豆4g 長ひじき3g いんげん3g きび砂糖0.9g 酒
作り方	（1人分の写真を添付してください。） ①青大豆はよく洗い、水に浸し戻しておく。長ひじきはよく洗い3cm位に、人参は千切、さつまいもは細切り、いんげんは2cm位に切る。 ②水に戻した青大豆は、柔らかくなるまで下ゆでをする。 ③釜に油を熱し、豚肉をよく炒め、人参、こんにゃく、大豆を入れ、水、きび砂糖、みりん、酒、だしで煮る。④ひじきを加え、醤油を入れて味を整え、さつまいもを入れ、さらに煮込む。いんげんを入れ加熱し、中心温度を確認する。
	

2 活用した地場産物

活用した地場産物（県内農林水産物）						
【県内産】 牛乳・豚肉・人参・長葱・さんま						
【市内産】 米・ひじき・青大豆・小松菜・みかん（みそ）						
全食材数に対する地場産物（県内農林水産物）の割合						
<table border="0"> <tr> <td>活用した地場産物数</td> <td>全食材数</td> <td>割合</td> </tr> <tr> <td style="text-align: center;">10</td> <td style="text-align: center;">÷ 17</td> <td style="text-align: center;">= 58.8 %</td> </tr> </table>	活用した地場産物数	全食材数	割合	10	÷ 17	= 58.8 %
活用した地場産物数	全食材数	割合				
10	÷ 17	= 58.8 %				


3 実施した食に関する指導の概要

【全校実施】
・ 献立表、給食ひとくちメモ
・ 給食時校内放送
【所属校実施】
・ 学校HPにて千産千消メニューの掲載
・ 千産千消クイズの実施
【地域・家庭】
・ 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	丸山学校給食センター
------------------	------------

1. 当日の献立と地場産物を活用した料理のレシピ

当日の給食の献立（献立名）	ごはん 鯨の南蛮漬け こんにゃくサラダ 里の香汁 お米のムース 牛乳
地場産物を活用した料理のレシピ	レシピ名「こんにゃくサラダ」 材料（1人分）：サラダこんにゃく15g キャベツ15g 菜の花 10g
作り方	（1人分の写真を添付してください。）
<p>①こんにゃくをゆで、冷却する。</p> <p>②キャベツは1cm幅、菜の花と小松菜は2cmのざく切り、にんじんは千切りする。</p> <p>③調味料を加熱し、冷却する。</p> <p>④②の野菜をゆで、冷却する。</p> <p>⑤こんにゃく、野菜、ドレッシング、調味料、すりごまをよく和える。</p>	

2 活用した地場産物

活用した地場産物（県内農林水産物）										
<p>【県内産】</p> <p>牛乳 にんじん（サバ花削り カツオ花削り） こんにゃく お米のムース</p> <p>【市内産】</p> <p>米（米粉） くじら 菜の花 小松菜（みそ）</p>										
全食材数に対する地場産物（県内農林水産物）の割合										
<table style="width: 100%; text-align: center;"> <tr> <td>活用した地場産物数</td> <td>÷</td> <td>全食材数</td> <td>=</td> <td>割合</td> </tr> <tr> <td>11</td> <td></td> <td>14</td> <td></td> <td>78.6 %</td> </tr> </table>	活用した地場産物数	÷	全食材数	=	割合	11		14		78.6 %
活用した地場産物数	÷	全食材数	=	割合						
11		14		78.6 %						

3 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>【地域・家庭】</p> <ul style="list-style-type: none"> ・教育委員会HPへの掲載、周知
--