

千産千消デー実施報告書

学校名または共同調理場名 旭市第一学校給食センター

1 当日の献立

献立	
<ul style="list-style-type: none"> ・ ご飯 ・ 牛乳 ・ 野菜たっぷり鉄人つくね ・ 秋野菜のベーコンきんぴら ・ おいしさ満点！具たくさんおみそしる 	

2 地場産物を活用した料理のレシピ

<p>(1)料理名 「野菜たっぷり鉄人つくね」</p> <p>(2) 1人分の材料</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ 野菜たっぷり鉄人つくね (40.0 g) ・ 水 (8.0 g) ・ 上白糖 (0.8 g) ・ みりん (1.0 g) ・ 濃口醤油 (2.0 g) ・ おろしにんにく (0.15 g) ・ でんぷん (0.3 g) 	<p>(3) 作り方</p> <ol style="list-style-type: none"> ① 200度のオーブンでつくねを10分焼く。 ② Aの材料を沸かし、同量の水で溶いたでんぷんでとろみをつける。 ③ ①に②のたれをかける。 <p>※野菜たっぷり鉄人つくねは、以下の分量をもとに、地元業者に学校給食用として、特別に作成していただいた。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li style="width: 50%;">・ 豚ひき肉 (21.6 g) <li style="width: 50%;">・ キャベツ (2.0 g) <li style="width: 50%;">・ 豚レバー (2.4 g) <li style="width: 50%;">・ 卵 (4.0 g) <li style="width: 50%;">・ 長ネギ (4.0 g) <li style="width: 50%;">・ でんぷん (1.2 g) <li style="width: 50%;">・ 赤ピーマン (2.0 g) <li style="width: 50%;">・ おろししょうが (1.2 g) <li style="width: 50%;">・ マッシュルーム (2.0 g) <li style="width: 50%;">・ 塩 (0.08 g) <li style="width: 50%;">・ 黒コショウ (0.01 g)
---	--

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 野菜たっぷり鉄人つくね ベーコン 人参 マッシュルーム 豚肉 大根 さつまいも 性学もち	活用した 地場産物数 <div style="border: 1px solid black; width: 40px; height: 40px; margin: 0 auto; text-align: center; line-height: 40px;">10</div>	全食材数 <div style="border: 1px solid black; width: 40px; height: 40px; margin: 0 auto; text-align: center; line-height: 40px;">18</div>	割合 <div style="border: 1px solid black; width: 40px; height: 40px; margin: 0 auto; text-align: center; line-height: 40px;">55.6</div> %

4 実施した食に関する指導の概要

<ul style="list-style-type: none"> ・ 旭市・銚子市・匝瑳市からなる東総地域3市の小学校5、6年生及び中学生を対象とした「第五回和食給食レシピコンテスト」を開催し、大賞作品を取り入れた東総地域統一給食『東総まんきつ給食』を実施した。 ・ 東総まんきつ給食の実施に合わせ、大賞・入賞受賞者への賞状の授与と、献立表、放送資料等での告知を行った。

千産千消デー実施報告書

学校名または共同調理場名 旭市第二学校給食センター

1 当日の献立

献立	
<ul style="list-style-type: none"> ・ ご飯 ・ 牛乳 ・ さばのから揚げ 彩り香味野菜ソースかけ ・ 秋野菜のベーコンきんぴら ・ おいしさ満点！具たくさんおみそしる ・ りんご 	

2 地場産物を活用した料理のレシピ

<p>(1) 料理名 「さばのから揚げ 彩り香味野菜ソースかけ」</p> <p>(2) 1人分の材料</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ さば竜田揚げ (50.0 g) ・ 大豆白絞油 (5.0 g) 揚げ油 ・ にら (4.4 g) ・ 赤ピーマン (2.5 g) ・ 黄パプリカ (2.5 g) ・ おろししょうが (0.4 g) ・ 水 (6.3 g) ・ 上白糖 (0.75 g) ・ でんぷん (0.13 g) 	<div style="font-size: 2em;">}</div> <div style="border: 1px solid black; padding: 2px; width: 20px; margin: 0 auto;">A</div>	<p>(3) 作り方</p> <ol style="list-style-type: none"> ① にらは1 cm幅の短冊切り、赤ピーマン、黄パプリカは粗みじん切りにする。 ② さば竜田揚げは、180度の油で11分揚げる。 ③ Aの材料を沸かし、野菜がしんなりしたら、同量の水で溶いたでんぷんでとろみをつける。 ④ ②に③のたれをかける。
--	---	---

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 さば竜田揚げ にら ベーコン 人参 マッシュルーム 豚肉 大根 さつまいも 性学もち	活用した 地場産物数	全食材数	割合
	11	÷	23
		=	47.8
			%

4 実施した食に関する指導の概要

<ul style="list-style-type: none"> ・ 旭市・銚子市・匝瑳市からなる東総地域3市の小学校5、6年生及び中学生を対象とした「第五回和食給食レシピコンテスト」を開催し、大賞作品を取り入れた東総地域統一給食『東総まんきつ給食』を実施した。 ・ 東総まんきつ給食の実施に合わせ、大賞・入賞受賞者への賞状の授与と、献立表、放送資料等での告知を行った。
