

# 千産千消デー実施報告書

印西市中央学校給食センター第一調理場

## 1 当日の献立

献立	写真（1人分の給食）
<ul style="list-style-type: none"> <li>・ ごはん</li> <li>・ 豚肉のしょうが焼き</li> <li>・ 小松菜のおひたし</li> <li>・ いわしのつみれ汁</li> <li>・ ちばにんじんゼリー</li> </ul>	

## 2 地場産物を活用した料理のレシピ

<p>(1)料理名 「豚肉のしょうが焼き」</p> <p>(2) 1人分の材料</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・ 豚肩ロース (50g)</li> </ul> <p>下味</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・ しょうが (0.5g)</li> <li>・ しょうゆ (1g)</li> <li>・ 清酒 (5g)</li> </ul> <p>ソース</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・ 玉ねぎ (5g)</li> <li>・ しょうが (0.5g)</li> <li>・ しょうゆ (2g)</li> <li>・ 清酒 (2g)</li> <li>・ 砂糖 (1g)</li> <li>・ 水 (5g)</li> <li>・ でんぷん (0.1g)</li> </ul>	<p>(3) 作り方</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>①豚肉は下味をつけて焼く。</li> <li>②玉ねぎを炒め分量の調味料をいれて味を調えてでんぷんでとろみをつけソースを作る。</li> <li>③焼いた豚肉にソースをかけて仕上げる。</li> </ol>
--	---

## 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、豚肉、小松菜、ほうれん草、もやし大根、にんじん、ねぎ、つみれ	活用した 地場産物数  9	全食材数  14	割合  = 64.3 %

## 4 実施した食に関する指導の概要

<ul style="list-style-type: none"> <li>・ 献立表への記載</li> <li>・ ホームページへの記載</li> <li>・ 放送の活用</li> <li>・ 給食時間の訪問</li> </ul>
---

# 千産千消デー実施報告書

印西市中央学校給食センター第二調理場

## 1 当日の献立

献立	写真（1人分の給食）
<ul style="list-style-type: none"> <li>・ ごはん</li> <li>・ 豚肉の三味焼き</li> <li>・ もやしと小松菜のサラダ</li> <li>・ つみれ汁</li> <li>・ ちばにんじんゼリー</li> </ul>	

## 2 地場産物を活用した料理のレシピ

<p>(1)料理名 「もやしと小松菜のサラダ」</p> <p>(2) 1人分の材料</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・ もやし (30g)</li> <li>・ 小松菜 (15g)</li> <li>・ 人参 (5g)</li> </ul> <p>調味料</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・ しょうゆ(1.2g)</li> <li>・ 酢(1.5g)</li> <li>・ 砂糖(0.5g)</li> <li>・ 塩(0.2g)</li> <li>・ こしょう(0.02g)</li> <li>・ ごま油(1.6g)</li> </ul>	<p>(3)作り方</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>①人参は千切り、小松菜は2cm位に切る。もやしは洗う。</li> <li>②湯を沸かし、①の野菜をゆでて冷まし、水気を切る。</li> <li>③調味料を混ぜて、②の野菜と和える。</li> </ol>
---	--

## 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、豚肉、ねぎ(2)、もやし、小松菜、人参(2)、大根、かぶ、ごぼう、つみれ	<table style="width: 100%; text-align: center;"> <tr> <td style="border: 1px solid black; padding: 5px;">活用した 地場産物数</td> <td></td> <td style="border: 1px solid black; padding: 5px;">全食材数</td> <td></td> <td style="border: 1px solid black; padding: 5px;">割合</td> <td></td> </tr> <tr> <td style="border: 1px solid black; font-size: 2em; width: 50px;">12</td> <td style="font-size: 2em;">÷</td> <td style="border: 1px solid black; font-size: 2em; width: 50px;">15</td> <td style="font-size: 2em;">=</td> <td style="border: 1px solid black; font-size: 2em; width: 50px;">80.0</td> <td style="font-size: 2em;">%</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	%								

## 4 実施した食に関する指導の概要

<ul style="list-style-type: none"> <li>・ 献立表への記載</li> <li>・ ホームページへの記載</li> <li>・ 放送の活用</li> <li>・ 給食時間の訪問</li> </ul>
---

# 千産千消デー実施報告書

学校名または共同調理場名 印旛学校給食センター

## 1 当日の献立

献立	
<ul style="list-style-type: none"> <li>・ごはん</li> <li>・牛乳</li> <li>・キャベツメンチカツ</li> <li>・千草和え</li> <li>・冬の印西産汁</li> <li>・ちばにんじんゼリー</li> </ul>	

## 2 地場産物を活用した料理のレシピ

<p>(1)料理名 「冬の印西産汁」</p> <p>(2) 1人分の材料</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・豚もも小間 (15g)</li> <li>・だいこん (15g)・ごぼう (5g)</li> <li>・にんじん (8g)・はくさい (10g)</li> <li>・長ねぎ (8g)</li> <li>・みそ白・赤 (各 3.5g)</li> <li>・だしパック (2.5g)</li> <li>・なたね油 (0.5g)・ごま油 (0.4g)</li> </ul>	<p>(3)作り方</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>①水とだしパックでだしをとる</li> <li>②野菜を切る だいこん・にんじん：银杏切り 5mm はくさい：短冊 1cm ごぼう・長ねぎ：小口切り 5mm</li> <li>③釜に油を入れ、豚肉、ごぼうを入れて炒める</li> <li>④にんじん、だいこんを入れ、さらに炒める</li> <li>⑤だしを加え、あくをとる</li> <li>⑥白菜を入れ、ねぎを加える</li> <li>⑦みそを入れ、最後にごま油を入れる</li> </ol>
--	---

## 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		
	活用した 地場産物数	全食材数	割合
<ul style="list-style-type: none"> <li>・米</li> <li>・豚肉 (1)</li> <li>・キャベツ・にんじん (2)</li> <li>・だいこん・ごぼう・はくさい</li> <li>・長ねぎ</li> </ul>	9	13	69.2 %

## 4 実施した食に関する指導の概要

<ul style="list-style-type: none"> <li>・授業での取組</li> <li>・校内放送の活用</li> <li>・献立表への記載</li> <li>・掲示物の作成</li> </ul>
--

# 千産千消デー実施報告書

学校名または共同調理場名 印西市牧の原学校給食センター

## 1 当日の献立

献立	写真（1人分の給食）
<ul style="list-style-type: none"> <li>・ ご飯</li> <li>・ 豚肉の生姜焼</li> <li>・ 胡麻和え</li> <li>・ 印西産味噌汁</li> <li>・ 牛乳</li> </ul>	

## 2 地場産物を活用した料理のレシピ

<p>(1)料理名 「印西産味噌汁」</p> <p>(2) 1人分の材料</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・ 人参 (15.6g)・白菜 (26.0g)</li> <li>・ 干椎茸スライス (0.5g)・かぶ (20.8g)</li> <li>・ 冷凍絹揚げ (15.6g)</li> <li>・ えのきたけカット (8.0g)</li> <li>・ 長ねぎ (8.0g)</li> <li>・ 赤味噌 (2.3g)・白味噌 (5.8g)</li> <li>・ かつおだしパック (2.1g)</li> <li>・ だし昆布 (0.6g)・水(130g)</li> </ul>	<p>(3) 作り方</p> <p>①(下処理)              人参-いちょう切り 白菜-ざく切り 長ねぎ-小口切り              干椎茸-もどす 絹揚げ - 油抜きする</p> <p>②かつおだしパックと昆布でだしをとっておく</p> <p>③だし汁に人参、干椎茸を入れ、煮る</p> <p>④白菜、絹揚げ、えのき、かぶの順で入れ、煮る</p> <p>⑤味噌を入れ、最後に長ねぎを入れる</p>
--	--

## 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・豚肉・もやし・人参(2)・小松菜 白菜・かぶ・長ねぎ	活用した 地場産物数  9	全食材数  17	割合  = 52.9 %

## 4 実施した食に関する指導の概要

<ul style="list-style-type: none"> <li>・ クラス掲示物・ホームページに掲載・給食時間の放送</li> </ul>
--