

千産千消デー実施報告書

学校名または共同調理場名 市原第一学校給食共同調理場

1 献立

献立	
<ul style="list-style-type: none"> ・ごはん ・牛乳 ・鰯のかば焼き ・さつま汁 ・ひじきと大根のサラダ ・和風ドレッシング ・市原の梨ゼリー 	

2 地場産物を活用した料理のレシピ

<p>(1)料理名 「さつま汁」</p> <p>(2)1人分の材料</p> <ul style="list-style-type: none"> ・豚肉 (15g) ・さつま芋 (25g) ・人参 (10g) ・長葱 (5g) ・ぶなしめじカット (5g) ・小松菜 (10g) ・冷凍豆腐 (30g) ・米味噌 (11g) ・だしパック (1g) ・和風だしの素 (0.4g) 	<p>(3)作り方</p> <ol style="list-style-type: none"> ①さつま芋、人参はいちょう切り、長葱は小口切り、小松菜は2cm程度に切り、茹でる。 ②だしパックで出汁をとる。味噌は少量の湯で溶く。 ③釜に水、豚肉、人参を入れて灰汁をとったら、出汁、さつま芋、冷凍豆腐、ぶなしめじを加える。 ④火が通ったら、和風だしの素、味噌を加える。 ⑤長葱、小松菜を加えて仕上げる。
--	--

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、牛乳、いわし、豚肉、鶏肉、ひじき、小松菜、大根、小葱、さつまいも、梨ゼリー	83.2%

4 千産千消デーで実施した食に関する指導の概要

<ul style="list-style-type: none"> ・一口メモを配付し、給食時間に放送 ・献立表で地場産物の使用をPR ・給食時間に市原産の大根についての動画を視聴
--

5 11月の指導回数

5回

6 その他

<ul style="list-style-type: none"> ・市全体で統一した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 市原市岩崎学校給食共同調理場

1 献立

献立	
<ul style="list-style-type: none">・ごはん・牛乳・いわしのかば焼き・さつま汁・ひじきと大根のサラダ・和風ドレッシング・市原の梨ゼリー	

2 地場産物を活用した料理のレシピ

<p>(1)料理名 「ひじきと大根のサラダ」</p> <p>(2) 1人分の材料</p> <ul style="list-style-type: none">・ひじき (0.6g)・大根 (25g)・人参 (4g)・小葱 (4g)・鶏胸肉 (5g)・油揚げ (2.4g)・ごま油 (0.8g)	<p>(3) 作り方</p> <ol style="list-style-type: none">①ひじきは水でもどし、よく洗ってから茹で、水をかける。②大根、人参は千切り、小葱は2cm、鶏肉は千切りにする。③油揚げは、油抜きをする。④ごま油で鶏肉を炒め、人参、大根、ひじきの順に火を通す。⑤最後に小葱を入れ、火を通す。 小袋のドレッシングをかけて食べる。
--	--

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）
市原産 米（コシヒカリ）大根 長葱 梨ゼリー 千葉県産 牛乳 豚肉 鶏肉 いわし さつまいも 小葱 ひじき 人参（2）	84.0%

4 千産千消デーで実施した食に関する指導の概要

<ul style="list-style-type: none">・一口メモを配付し、市原市産の大根、長葱、コシヒカリ、梨の周知を図っている。・給食委員会による給食中の校内放送。

5 11月の指導回数

4.5回

6 その他

<ul style="list-style-type: none">・市全体で統一した献立を提供している。・市原市の大根、米（コシヒカリ）の掲示資料を提供・千葉県の特産品クイズと生産量トップ10の掲示資料を提供

千産千消デー実施報告書

学校名または共同調理場名 市原市立南総学校給食共同調理場

1 献立

献立	写真（1人分の給食）
<ul style="list-style-type: none"> ・ごはん ・牛乳 ・市原野菜のギョウザ ・マーボー大根 ・ひじきとれんこんのサラダ ・市原の梨ゼリー 	

2 地場産物を活用した料理のレシピ

<p>(1) 料理名 「マーボー大根」</p> <p>(2) 1人分の材料</p> <ul style="list-style-type: none"> ・冷凍豆腐 (50g) ・だいこん (60g) ・豚もも肉粗挽き (25g) ・たけのこ水煮 (10g) ・にんじん (10g) ・しょうが (0.5g) ・おろしにんにく (0.5g) ・長ねぎ (20g) ・にら (6g) ・赤みそ (1g) ・しょうゆ (2g) ・トウバンジャン (0.5g) ・ごま油 (0.5g) ・麻婆豆腐の素 (18g) ・でん粉 (2g) ・かき油 (2g) ・なたね油 (1.2g) ・中華スープストック (0.4g) ・水 (40g) 	<p>(3) 作り方</p> <ol style="list-style-type: none"> ①だいこんは角切り、にんじん・たけのこは粗みじん、長葱小口切り、にらは2cm幅に切る。 ②だいこん、豆腐は下茹でしておく。 ③なたね油でトウバンジャン、にんにく、しょうがを炒める。 ④豚肉、にんじん、たけのこを炒める。 ⑤水を加えて煮こみ、調味料を加える。 ⑥にら、長ねぎを加える。 ⑦だいこん、豆腐を加え煮込む。 ⑧水溶きでん粉、ごま油を加えて仕上げる。
---	--

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 牛乳 豚肉 長ねぎ(2) だいこん きゃべつ にら 梨 にんじん(2) ひじき	71.3%

4 千産千消デーで実施した食に関する指導の概要

<ul style="list-style-type: none"> ・給食1口メモを送付し、地場産物や千産千消の周知を図った。 ・地場産物の掲示資料作成し、各学校に配付した。
--

5 11月の指導回数

7.5回

6 その他

<ul style="list-style-type: none"> ・市全体で統一した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 市原市ちはら台学校給食共同調理場

1 献立

献立	写真（1人分の給食）
<ul style="list-style-type: none"> ・ごはん ・牛乳 ・市原野菜のギョウザ ・マーボー大根 ・ひじきとレンコンのサラダ ・市原の梨ゼリー 	

2 地場産物を活用した料理のレシピ

<p>(1)料理名 「 マーボー大根 」</p> <p>(2) 1人分の材料</p> <ul style="list-style-type: none"> ・豚もも肉 (25g)・冷凍豆腐 (50g) ・だいこん (60g)・にんじん (10g) ・にら (6g)・長葱 (20g) ・たけのこ水煮 (10g) ・しょうが (0.5g) ・にんにく (0.5g) ・八丁味噌 (1g)・しょうゆ (2g) ・豆板醤 (0.5g)・かき油 (2g) ・中華スープストック (0.4g) ・マーボー豆腐の素 (15g) ・なたね油 (1g)・ごま油 (0.5g) ・でん粉 (1g)・水 (40g) 	<p>(3)作り方</p> <ol style="list-style-type: none"> ①だいこんは2cm角切り、にんじん、たけのこ、長ねぎはみじん切り、にらは2cm幅に切り、しょうが、にんにくはみじん切りにする。 ②だいこんは下茹でしておく。 ③油を入れ、しょうが、にんにくを入れて香りが出たら、半量の長ねぎを入れて炒める。 ④豚肉、豆板醤を入れて炒める。 ⑤にんじん、たけのこの順に炒め、水を加えて煮る。下茹でした大根を入れる。 ⑥調味料を入れて味をつける。 ⑦にらと半量のねぎを入れ、水でといたでん粉を加える。 ⑧ごま油を回し入れる。
---	---

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、キャベツ、長ねぎ（2）、 だいこん、にんじん（2）、にら、ひじき、梨	70.6%

4 千産千消デーで実施した食に関する指導の概要

<ul style="list-style-type: none"> ・給食献立表に、地産地消についてや市内産の野菜について記載し、学校や家庭へ食育の啓発 ・給食一口メモを配付し、市原市産の大根、長葱、コシヒカリ、梨について周知した。 ・技術・家庭科の家庭分野の時間に、和食の良さやフードマイレージ、地産地消について授業を行った。
--

5 11月の指導回数

15回

6 その他

<ul style="list-style-type: none"> ・市全体で統一した献立メニューを提供している。
