

# 千産千消デー実施報告書

学校名または共同調理場名 松戸市立小金南中学校

## 1 当日の献立

献立	写真（1人分の給食）
<ul style="list-style-type: none"> <li>・千葉おこわ</li> <li>・小松菜のえのき和え</li> <li>・焼きねぎのスープ</li> <li>・梨マフィン</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 「千葉おこわ」</p> <p>(2) 1人分の材料</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・精白米 (60g)・もち米 (50g)</li> <li>・水分 (132g)・しょうゆ (1.5g)</li> <li>・酒 (1g)・豚肉 (10g)・にんじん (10g)</li> <li>・枝豆 (8g)・さつまいも (20g)</li> <li>・炒り落花生 (10g)・油揚げ (3g)</li> <li>・干しいたけ (1g)・食塩 (0.4g)</li> <li>・しょうゆ (1g)・オイスターソース (2g)</li> <li>・紹興酒 (2g)・三温糖 (0.5g)</li> <li>・ガラスープ (1g)・ごま油 (0.5g)</li> </ul>	<p>(3)作り方</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>①精白米ともち米に酒しょう油を入れ茶飯を炊く。</li> <li>②さつまいもは、皮付きで1cmの角切りで蒸しておく</li> <li>③枝豆は茹でておく。</li> <li>④豚肉・油揚げ・椎茸・にんじんを調味料の半量で煮る。</li> <li>⑤にんじんが煮えたら、残りの調味料を加える。</li> <li>⑥最後に落花生を入れ、ゴマ油を加え、味を調える。</li> <li>⑦炊けたご飯に②③⑥を混ぜる。(さつまいもが崩れないように気を付ける)</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 もち米 にんじん(3) 小松菜(2) 長ねぎ(2) さつまいも 落花生 牛乳(2)	活用した 地場産物数	全食材数	割合
	13	÷	22 = 59.1 %

## 4 実施した食に関する指導の概要

<ul style="list-style-type: none"> <li>・7月に千葉の郷土料理・特産物の授業を行い、特産物を使ったオリジナル給食メニュー「南中メニュー」を夏休みに考案・実施・レポート作成の宿題。(全校生徒にも募集)</li> <li>・応募作品、172作品の中から、給食で取り入れるメニューを決定。</li> <li>・生徒と相談し、給食としてのアレンジ後、南中メニューとして取り入れる。(この他にも13作品を実施)・給食だより・掲示物・H.Pで紹介</li> </ul>
---