

地元産野菜を使用した給食メニューの紹介

～市制施行 80 周年お祝い給食～

木更津市教育委員会 学校給食課
市内公立小中学校 30 校



11月1日の
給食から

レシピ紹介「さつまいものレモン煮」

材料

さつまいも・・・中1本(300g)
さとう・・・30g
水・・・30g
レモン汁・・・大さじ1/2

作り方

- ①さつまいもはよく洗い、厚さ1～1.5cmくらいのいちよう切りにする。
- ②鍋に切ったさつまいも、さとう、水を入れる。落とし蓋をして、弱い中火でさつまいもがやわらかくなるまで煮る。(こげないように注意！)
- ③仕上げにレモン果汁を加え、3分ほど煮たらできあがり♪



あともう一品ほしい時や、お弁当のおかずにもおすすめです。
さつまいもをマッシャーなどで潰して、煮汁や牛乳と混ぜ合わせてペースト状にしたものをクラッカーにのせれば、モンブラン風のおやつに変身します♪

11月3日の木更津市市制施行 80 周年を記念して、市内全 11 調理施設にてお祝い給食を提供しました。

本市により愛着を持ってもらえるよう、地元野菜活用しました。大一木更津青果株式会社（木更津市公設地方卸売市場内）および、地元の納入業者の協力を得て、木更津市やその近隣市で採れた「さつまいも、大根、きゅうり」を使用しました。各調理施設の栄養教諭・栄養士が考案したメニューのレシピを市内公立小中学校の児童生徒、その保護者へ向けて給食だより等で紹介をしました。

また、市の公式ホームページで市民へ向けて紹介をしました。