

千産千消デー実施報告書

学校名または共同調理場名

船橋市立船橋中学校

1 献立

献立	
ひじきご飯	
牛乳	
さんが焼き	
小松菜の五目炒め	
大根の味噌汁	
みかん	

2 地場産物を活用した料理のレシピ

<p>(1) 料理名 ひじきご飯</p>	<p>(3) 作り方 ①ひじきは戻しておく。 ②鶏肉は下味(酒)に30分以上つける。 ③油揚げは千切りにし、油抜きする。 ④油を熱し、鶏肉を炒める。 ⑤にんじんを入れて炒め、ひじきを入れて炒める。 ⑥油揚げを入れ、水、調味料を入れて煮る。 ⑦炊けたご飯と⑥を混ぜ合わせる。 ⑧最後にごまをふる。</p>																																								
<p>(2) 1人分の材料</p> <table border="0"> <tr> <td>船橋産こしひかり</td> <td>88g</td> <td>サラダ油</td> <td>0.3g</td> </tr> <tr> <td>強化米</td> <td>0.3g</td> <td>上白糖</td> <td>2g</td> </tr> <tr> <td>水</td> <td>135g</td> <td>しょうゆ</td> <td>1.5g</td> </tr> <tr> <td>清酒</td> <td>1g</td> <td>水</td> <td>20g</td> </tr> <tr> <td>鶏もも肉1cm角</td> <td>8g</td> <td>白いりごま</td> <td>2.6g</td> </tr> <tr> <td>清酒</td> <td>1g</td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>干ひじき</td> <td>3g</td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>水</td> <td>18g</td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>油揚げ</td> <td>4g</td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>にんじん</td> <td>15g</td> <td></td> <td></td> </tr> </table>	船橋産こしひかり	88g	サラダ油	0.3g	強化米	0.3g	上白糖	2g	水	135g	しょうゆ	1.5g	清酒	1g	水	20g	鶏もも肉1cm角	8g	白いりごま	2.6g	清酒	1g			干ひじき	3g			水	18g			油揚げ	4g			にんじん	15g			
船橋産こしひかり	88g	サラダ油	0.3g																																						
強化米	0.3g	上白糖	2g																																						
水	135g	しょうゆ	1.5g																																						
清酒	1g	水	20g																																						
鶏もも肉1cm角	8g	白いりごま	2.6g																																						
清酒	1g																																								
干ひじき	3g																																								
水	18g																																								
油揚げ	4g																																								
にんじん	15g																																								

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)								
<table border="0" style="width: 100%;"> <tr> <td style="width: 25%;">米</td> <td style="width: 25%;">牛乳</td> <td style="width: 25%;">キャベツ</td> <td style="width: 25%;">小松菜</td> </tr> <tr> <td>大根</td> <td>いわし</td> <td>卵</td> <td>ひじき</td> </tr> </table>	米	牛乳	キャベツ	小松菜	大根	いわし	卵	ひじき	70%
米	牛乳	キャベツ	小松菜						
大根	いわし	卵	ひじき						

4 千産千消デーで実施した食に関する指導の概要

食育便りを発行した。
ランチルーム入口のホワイトボードを活用して給食メモを出した。
掲示物を掲示した。

5 11月の指導回数

15回

6 その他

千産千消デー実施報告書

学校名または共同調理場名

船橋市立湊中学校

1 献立

献立	
ご飯	
牛乳	
スズキのにんじんソース	
海苔酢和え	
さつま芋のみそ汁	
みかん	

2 地場産物を活用した料理のレシピ

<p>(1) 料理名 スズキのにんじんソース</p> <p>(2) 1人分の材料</p> <p>スズキ 60g しょうゆ 2g 塩 0.15g 酢 1g 酒 1.5g でんぷん 6g 油 6g にんじん 20g 玉葱 20g サラダ油 0.3g 酒 2g みりん 2g</p>	<p>(3) 作り方</p> <p>①スズキは下味をつける。 ②①にでんぷんをつけ、油で揚げる。 ③油を熱し、玉葱を辛みが抜けるまで炒め、人参、調味料を入れて煮る。 ④②に③をかける。</p>
---	---

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	スズキ	にんじん	海苔	66%
煮干し	大根	さつまいも	小松菜	
ねぎ	牛乳			

4 千産千消デーで実施した食に関する指導の概要

一口メモを作成し、給食委員が朝の会で読み上げる。同じ資料をランチルームに掲示。

5 11月の指導回数

8回

6 その他

千産千消デー実施報告書

学校名または共同調理場名

船橋市立宮本中学校

1 献立

献立	
船橋産米ご飯 牛乳 コノシロのさんが焼き 磯香和え さつまいものみそ汁 梨入りキャロットゼリー	

2 地場産物を活用した料理のレシピ

(1) 料理名 コノシロのさんが焼き (2) 1人分の材料 コノシロ 30g しそ葉 0.5g 豚ひき肉 15g 白ごま 0.8g ねぎ 15g 油 0.5g 生パン粉 5.5g 白みそ 4g しょうが 0.7g 卵 3g 白すりごま 1g 砂糖 2g 酒 1g	(3) 作り方 ①ねぎ、しそはみじん切りにする。 ②コノシロからしそまでを混ぜ合わせ、小判型に丸める。 ③油を塗った天板に並べて、ごまをふり焼く。
--	--

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 コノシロ ねぎ 卵 小松菜 海苔 にんじん 大根 さつまいも 煮干し 梨	73%

4 千産千消デーで実施した食に関する指導の概要

献立表への記載
食育だよりを活用した千葉県産食材のレシピ紹介
一口メモの活用
給食委員によるメモ読み上げ

5 11月の指導回数

14回

6 その他

毎月、船橋産旬の食材を食べて知る日を設定している。

千産千消デー実施報告書

学校名または共同調理場名

船橋市立若松中学校

1 献立

献立	
ネギ塩豚丼 牛乳 春雨サラダ のっぺい汁 豆乳プリンいちごソース	

2 地場産物を活用した料理のレシピ

(1) 料理名 ネギ塩豚丼	(3) 作り方 ①米、もち玄米を混ぜ、浸水して炊く。 ②ねぎ5gをみじん切りにし、塩0.4g、酒1.2g、ごま油1gと合わせ、豚肉に下味をつける。 ③野菜を切る。にんにくはみじん切り、ねぎは斜め薄切り、にらは2cm幅に切る。 ④ごま油でにんにくを香りが出るまで炒める。 ⑤豚肉を入れ炒める。 ⑥もやしを入れ、よく炒める。水分がなくなったら、ねぎ、にらを加え、サッと炒める。 ⑦塩、酒、レモン果汁で味付けし、水溶きでんぷんでとろみをつける。 ⑧炊きあがったご飯に盛る。
(2) 1人分の材料	
米 90g にら 3g	
もち玄米 10g 酒 1g	
豚肉 30g 塩 0.5g	
長ねぎ 5g レモン果汁 1.5g	
塩 0.4g ごま油 1g	
酒 1.2g でんぷん 0.7g	
ごま油 1g 水 2g	
にんにく 0.3g	
もやし 30g	
長ねぎ 20g	

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 こまつな きゅうり にんじん 長ねぎ 大根	68%

4 千産千消デーで実施した食に関する指導の概要

・給食一言メモを配付
・献立表へ記載

5 11月の指導回数

4回

6 その他

・年に5回ほど、船橋産米を提供している
・毎月「船橋の旬の食材を食べて知る日」を設定し、献立表に記載している

千産千消デー実施報告書

学校名または共同調理場名

船橋市立海神中学校

1 献立

献立	
ご飯	
牛乳	
豚肉の和風ステーキ大根おろしソース	
キャベツとにんじんのガーリック炒め	
ごまみそ和え	
かきたま汁	
花みかん	

2 地場産物を活用した料理のレシピ

(1) 料理名 豚肉の和風ステーキ大根おろしソース	(3) 作り方 ①にんにくをみじん切り、しょうがをすりおろして汁、大根はおろす。 ②豚肉に、しょうゆ・砂糖・にんにく・しょうが汁で下味をする。 ③大根おろしを加熱し、レモン果汁・しょうゆで味をつける。 ④油を熱し、②を焼く。 ⑤④に③をかける。
(2) 1人分の材料 豚肉 60g しょうゆ 1g 砂糖 0.2g にんにく 0.3g しょうが 0.3g 酒 1g 油 1g 大根 20g レモン果汁 0.5g しょうゆ 1g	

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 大根 キャベツ にんじん 小松菜 きゅうり 卵 ねぎ	75%

4 千産千消デーで実施した食に関する指導の概要

・千産千消について、掲示し知らせた。
・給食時間に、ランチルームで指導をした。
・教職員に目的を周知し、各クラスで指導した。

5 11月の指導回数

20回

6 その他

・漁港での水揚げと畑での収穫についての資料を作成し、知らせた。
・家庭科の授業で、地場産物を使った献立を作成し給食で実施した。
・地場産物の食材を献立に入れ、献立表で知らせた。

千産千消デー実施報告書

学校名または共同調理場名

船橋市立葛飾中学校

1 献立

献立	
さつま芋ご飯	
牛乳	
いわしのメンチカツ	
磯香和え	
大根と油揚げのみそ汁	
花みかん	

2 地場産物を活用した料理のレシピ

<p>(1) 料理名 いわしのメンチカツ</p> <p>(2) 1人分の材料</p> <table border="0"> <tr> <td>いわしのすり身</td> <td>20 g</td> <td>水</td> <td>3 g</td> </tr> <tr> <td>豚ももひき肉</td> <td>30 g</td> <td>生パン粉</td> <td>5 g</td> </tr> <tr> <td>豆腐</td> <td>13 g</td> <td>パン粉</td> <td>5 g</td> </tr> <tr> <td>玉ねぎ</td> <td>23 g</td> <td>大豆油</td> <td>5 g</td> </tr> <tr> <td>にんじん</td> <td>5 g</td> <td>中濃ソース</td> <td>4 g</td> </tr> <tr> <td>生パン粉</td> <td>1.6 g</td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>豆乳</td> <td>3 g</td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>赤みそ</td> <td>2 g</td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>薄力粉</td> <td>4 g</td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>豆乳</td> <td>4 g</td> <td></td> <td></td> </tr> </table>	いわしのすり身	20 g	水	3 g	豚ももひき肉	30 g	生パン粉	5 g	豆腐	13 g	パン粉	5 g	玉ねぎ	23 g	大豆油	5 g	にんじん	5 g	中濃ソース	4 g	生パン粉	1.6 g			豆乳	3 g			赤みそ	2 g			薄力粉	4 g			豆乳	4 g			<p>(3) 作り方</p> <p>①玉ねぎ・にんじんはみじん切りにする。</p> <p>②材料をよく練り、混ぜ合わせる。</p> <p>③調味料を加え、さらに良く練る。</p> <p>④小判型にまとめ、衣をつけて揚げる。</p> <p>⑤ソースをかける。</p>
いわしのすり身	20 g	水	3 g																																						
豚ももひき肉	30 g	生パン粉	5 g																																						
豆腐	13 g	パン粉	5 g																																						
玉ねぎ	23 g	大豆油	5 g																																						
にんじん	5 g	中濃ソース	4 g																																						
生パン粉	1.6 g																																								
豆乳	3 g																																								
赤みそ	2 g																																								
薄力粉	4 g																																								
豆乳	4 g																																								

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	もち米	牛乳	さつま芋	69%
いわし	小松菜	大根	にんじん	
油揚げ	海苔			

4 千産千消デーで実施した食に関する指導の概要

献立表に千産千消について掲載した。
給食委員会の取り組みとして、朝の会の時、一口メモをクラスで読んだ。

5 11月の指導回数

10回

6 その他

船橋産の食べて知る日を設定し、毎月旬の食材を使用し、献立表に掲載している。
船橋産の米を5回使用し、献立表に記載している。

千産千消デー実施報告書

学校名または共同調理場名

船橋市立行田中学校

1 献立

献立	
ご飯	
牛乳	
スズキのおろしソースがけ	
納豆和え	
さつま汁	
みかん	

2 地場産物を活用した料理のレシピ

(1) 料理名 スズキのおろしソースがけ	(3) 作り方 ①大根は、すりおろす。 ②スズキに酒で下味をつける。 ③片栗粉と米粉を合わせ、②にまぶして油で揚げる。 ④おろしソースの材料（大根～水）を合わせて煮詰める。 ⑤③におろしソースをかける。
(2) 1人分の材料 スズキ 60g 酒 3g 片栗粉 5g 米粉 2g 揚げ油 6g 大根 20g 砂糖 1g 本みりん 2.5g しょうゆ 4g 水 8g	

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 スズキ 大根 小松菜 キャベツ にんじん 海苔 さつまいも	80%

4 千産千消デーで実施した食に関する指導の概要

・食育だよりの発行（千産千消デーの周知）
・掲示物の作成（給食に使用する地場産物の紹介）
・給食ひとくちメモの配付（千産千消について啓発）
・市内産米クイズの実施（生徒の理解度の把握）

5 11月の指導回数

15回

6 その他

・地場産物を使用する日は、献立表にその旨を記載している。
・毎月、「船橋産の旬の食材を食べて知る日」を設定し、地場産物を活用した給食を提供している。
・市内産の未利用魚（ボラ、コノシロ、クロダイ）を使用している。

千産千消デー実施報告書

学校名または共同調理場名

船橋市立法田中学校

1 献立

献立	
ご飯 牛乳 鯿の唐揚げ 大根のそぼろ煮 磯香和え じゃがいもと生揚げのみそ汁	

2 地場産物を活用した料理のレシピ

(1) 料理名 鯿の唐揚げ	(3) 作り方 ①にんにく、しょうがをすりおろす。 ②①と調味料を合わせ、鯿に30分以上漬ける。 ③でんぷんを付けて揚げる。
(2) 1人分の材料 鯿 60g 清酒 2g にんにく 1g しょうが 1g 白こしょう 0.01g こいくちしょうゆ 1.7g でんぷん 5g 大豆油 3.5g	

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 鯿 大根 豚肉 小松菜 のり	71%

4 千産千消デーで実施した食に関する指導の概要

配膳室に千産千消デー献立に使われた食材についての資料を掲示

5 11月の指導回数

13回

6 その他

毎月の献立に「船橋産の旬の食材を食べて知る日」を設定し、船橋産食材を使用している。
「船橋産の旬の食材を食べて知る日」について、毎月の献立表・給食だよりに情報を掲載し、広報委員の生徒が朝の放送で食材を紹介している。
保護者に向けて学校給食試食会を開き、千葉県産・船橋産の食材を多用していることについて周知した。

千産千消デー実施報告書

学校名または共同調理場名

船橋市立旭中学校

1 献立

献立	
さつまいもご飯 牛乳 このしろのさんが焼き 小松菜の五目炒め 大根と生揚げのみそ汁 みかん	

2 地場産物を活用した料理のレシピ

(1) 料理名 このしろのさんが焼き (2) 1人分の材料 このしろ 40g 酒 1g 豚もも挽肉 14g 白ごま 2g ねぎ 12g サラダ油 1g しそ 0.5g しょうが 1g パン粉 4g 白みそ 6g 甘みそ 1g 卵 3g 砂糖 2g	(3) 作り方 ①ねぎ、しそはみじん切りにする。 ②しょうがはすりおろし、おろし汁のみ使う。 ③このしろ、豚肉、①、②、パン粉～白ごまを合わせ、よく練る。 ④平たい丸形に成形する。 ⑤オーブンで焼く。
---	---

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 さつまいも このしろ 長ねぎ 卵 こまつな キャベツ だいこん	73%

4 千産千消デーで実施した食に関する指導の概要

献立表への記載
食育だよりやランチルームの掲示板を活用し、地場産物を紹介した。

5 11月の指導回数

15回

6 その他

年に5回、市内産の米を提供している。
「船橋産の旬の食材を食べて知る日」を毎月設定し、市内産の食材を提供している。

千産千消デー実施報告書

学校名または共同調理場名

船橋市立御滝中学校

1 献立

献立	
もち玄米ご飯	
牛乳	
からくさ焼き	
あとひきお煮しめ	
梅カツオ和え	
わかめと玉葱の味噌汁	
オレンジ	

2 地場産物を活用した料理のレシピ

(1) 料理名 梅カツオ和え	(3) 作り方 ①きゅうりは小口切りにする。 ②にんじんは千切りにして茹でる。 ③キャベツは短冊切りにして茹でる。 ④糸削りはからいりする。 ⑤材料の水気を切り、調味料・梅びしお・糸削りを入れて和える。
(2) 1人分の材料 きゅうり 11g にんじん 11g キャベツ 22g 糸削り 0.4g 梅びしお 1.2g こいくちしょうゆ 0.26g 三温糖 1g	

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 豚肉 ねぎ 牛乳 にんじん たまご きゅうり 豆腐 キャベツ	70%

4 千産千消デーで実施した食に関する指導の概要

ポスターの掲示
船橋産の米使用のお知らせ
献立表・給食だよりでの紹介
給食委員会からのお知らせ

5 11月の指導回数

12回

6 その他

毎月、船橋産食材を使用した献立を提供

千産千消デー実施報告書

学校名または共同調理場名

船橋市立高根中学校

1 献立

献立	
ご飯	
海苔の佃煮	
牛乳	
切干大根入り卵焼き	
にんじんのきんぴら	
かぶとあぶらあげのみそ汁	
みかん	

2 地場産物を活用した料理のレシピ

(1) 料理名 海苔の佃煮	(3) 作り方 ①けずり節で和風だしをとる。 ②冷凍乾し海苔を3cm×3cm程度の大きさにちぎり、①のだし汁に浸してふやかす。 ③②を火にかけ、沸騰したら、三温糖・みりん・酒・醤油の順に加え、煮詰める。醤油1/3残す。 ④ほどよい粘度と黒色になったら残りの醤油を加えて味を調えて消火する。
(2) 1人分の材料 冷凍乾し海苔 1.8g 水 6g かつお節(だし用) 0.8g 食塩 0.05g 清酒 1.8g 三温糖 1.8g 減塩しょうゆ 2.5g 本みりん 1.8g	

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 のり たまご 豚肉 だいこん かぶ こまつな	76%

4 千産千消デーで実施した食に関する指導の概要

・献立表へ記載している。
・食育だよりで「令和7年度ちばを食べてよう!ちばの食育月間(11月)」と関連づけて千産千消デーの紹介をした。
・当日、配膳室(生徒が給食をとりに来る部屋)前の掲示物で千産千消デーの紹介をした。

5 11月の指導回数

16回

6 その他

・毎月、船橋産食材を食べて知る日を設定し、船橋産食材を提供している。
・毎日、給食で使用する船橋産食材と千葉県産食材を配膳室前のホワイトボードに記載して紹介している。
・配膳室(生徒が給食をとりに来る部屋)近くの掲示板で千葉県産食材に関する新聞記事を紹介している。

千産千消デー実施報告書

学校名または共同調理場名

船橋市立八木が谷中学校

1 献立

献立	
ご飯（船橋産米使用）	
牛乳	
いわしのかば焼き風	
ひじきの和え物	
かきたま汁	
ミルク大学芋	

2 地場産物を活用した料理のレシピ

<p>(1) 料理名 ミルク大学芋</p> <p>(2) 1人分の材料</p> <p>さつまいも 35g 大豆油 2g 加糖練乳 4g こいくちしょうゆ 0.3g 本みりん 0.5g</p>	<p>(3) 作り方</p> <p>①さつまいもは乱切りにし、アクを抜く ②練乳～みりんまでを煮立ててみつを作る ③さつまいもは素揚げする ④いもとみつを絡める</p>
---	--

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	ひじき	きゅうり	長ねぎ	73%
いわし	キャベツ	牛乳	にんじん	
小松菜	さつまいも	卵		

4 千産千消デーで実施した食に関する指導の概要

食育だよりの配付
ランチルームでの指導
掲示物での啓発

5 11月の指導回数

16回

6 その他

千産千消デー実施報告書

学校名または共同調理場名

船橋市立前原中学校

1 献立

献立	
船橋産米のご飯	
牛乳	
コノシロのさんが焼き	
磯香あえ	
かきたま汁	
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 コノシロのさんが焼き</p>	<p>(3) 作り方 ①コノシロ～しそまでを練り合わせる。 ②①をマドレーヌカップに入れて伸ばす。 ③②にごまを振り、オーブンで焼く。</p>																																								
<p>(2) 1人分の材料</p> <table border="0"> <tr> <td>コノシロ</td> <td>35 g</td> <td>白いりごま</td> <td>1.2 g</td> </tr> <tr> <td>豚もも挽肉</td> <td>10 g</td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>ねぎ</td> <td>15 g</td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>でんぶん</td> <td>10 g</td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>白みそ</td> <td>3 g</td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>しょうが</td> <td>0.7 g</td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>たまご</td> <td>3 g</td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>上白糖</td> <td>2 g</td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>酒</td> <td>1 g</td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>しそ</td> <td>0.5 g</td> <td></td> <td></td> </tr> </table>	コノシロ	35 g	白いりごま	1.2 g	豚もも挽肉	10 g			ねぎ	15 g			でんぶん	10 g			白みそ	3 g			しょうが	0.7 g			たまご	3 g			上白糖	2 g			酒	1 g			しそ	0.5 g			
コノシロ	35 g	白いりごま	1.2 g																																						
豚もも挽肉	10 g																																								
ねぎ	15 g																																								
でんぶん	10 g																																								
白みそ	3 g																																								
しょうが	0.7 g																																								
たまご	3 g																																								
上白糖	2 g																																								
酒	1 g																																								
しそ	0.5 g																																								

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）								
<table border="0"> <tr> <td>米</td> <td>牛乳</td> <td>コノシロ</td> <td>ねぎ</td> </tr> <tr> <td>たまご</td> <td>小松菜</td> <td>もやし</td> <td>きざみのり</td> </tr> </table>	米	牛乳	コノシロ	ねぎ	たまご	小松菜	もやし	きざみのり	71%
米	牛乳	コノシロ	ねぎ						
たまご	小松菜	もやし	きざみのり						

4 千産千消デーで実施した食に関する指導の概要

・食育だより・献立表への記載
・一口メモの活用
・掲示物の作成（その日使用している千葉県産食材の紹介）

5 11月の指導回数

15回

6 その他

毎月「船橋産の旬の食材を食べて知る日」を設定している。

千産千消デー実施報告書

学校名または共同調理場名

船橋市立二宮中学校

1 献立

献立	
ご飯（船橋産コシヒカリ）	
牛乳	
すずきの香味焼き	
豚肉とごぼうの時雨煮	
小松菜のいそか和え	
さつまいも入り豚汁	
みかん	

2 地場産物を活用した料理のレシピ

(1) 料理名 小松菜のいそか和え	(3) 作り方 ①小松菜は2cm長さに切り、茹でて冷却する。もやしも茹でて冷却する。 ②水気を切り、しょうゆときざみのりを和える。
(2) 1人分の材料 小松菜 18g もやし 35g こいくちしょうゆ 1.2g きざみのり 1.5g	

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）
お米 牛乳 すずき ごぼう にんじん こまつな きざみのり 大根 さつまいも ねぎ	89%

4 千産千消デーで実施した食に関する指導の概要

献立表、食育だよりへの記載
ランチルーム入口で、その日使用している船橋産食材の紹介

5 11月の指導回数

3回

6 その他

毎日の放送における千葉県産や船橋産食材の紹介
船橋産の旬の食材を食べて知る日の実施

千産千消デー実施報告書

学校名または共同調理場名

船橋市立飯山満中学校

1 献立

献立	
ご飯 牛乳 魚(イナダ)の竜田揚げ ゆかり和え 豚汁 みかん	

2 地場産物を活用した料理のレシピ

(1) 料理名 魚(イナダ)の竜田揚げ	(3) 作り方 ①魚に下味をつける。(30分以上) ②魚にでんぷんをつけ、揚げる。
(2) 1人分の材料 イナダ 50g 醤油 3.3g 清酒 1g しょうが 1g にんにく 0.2g 本みりん 1.5g でんぷん 10g サラダ油 5g	

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 小松菜 豚肉 いなだ 大根 牛乳 きゅうり にんじん ごぼう 長ネギ	70%

4 千産千消デーで実施した食に関する指導の概要

献立表に使用地場食材について記載
給食だよりに千産千消デーについて記載

5 11月の指導回数

4回

6 その他

毎月、船橋産の旬の食材を使用

千産千消デー実施報告書

学校名または共同調理場名

船橋市立芝山中学校

1 献立

献立	
ご飯 牛乳 味付け海苔 黒鯛のごまだれ さつまいもとだいこんの炒め煮 わさび和え えのきと生揚げの味噌汁 オレンジ	

2 地場産物を活用した料理のレシピ

(1) 料理名 黒鯛のごまだれ	(3) 作り方 ①魚に酒で下味をする。 ②魚にでんぶんをつけてあげる。 ③砂糖からごままでを煮立て、タレを作る。 ④②の魚にタレをかける。
(2) 1人分の材料 黒鯛 50 g 酒 2 g でんぶん 5 g 揚げ油 3 g 砂糖 2.2 g しょうゆ 2.8 g みりん 1 g 水 0.7 g 白いりごま 1.5 g	

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）
牛乳 海苔 さつまいも 米 こまつな 黒鯛 だいこん 豚肉 にんじん	79%

4 千産千消デーで実施した食に関する指導の概要

毎日、一口メモを朝の会で給食委員が読み上げる
献立表で周知
献立説明をクラスルームに掲示

5 11月の指導回数

16回

6 その他

毎月の献立に、船橋産の低利用魚を取り入れている
毎月の献立に、船橋産の旬の食材を食べて知る日を設定している

千産千消デー実施報告書

学校名または共同調理場名

船橋市立七林中学校

1 献立

献立	
さつま芋ご飯 牛乳 すずきとかぶの揚げ煮 小松菜とささみの和え物 卵と海苔のみそ汁 グレープフルーツ	

2 地場産物を活用した料理のレシピ

(1) 料理名 すずきとかぶの揚げ煮	(3) 作り方 ①すずきを酒で下味30分つける。 ②野菜に薄くでんぷんをつけて軽く揚げる。 ③でんぷんと全すりしたゴマを混ぜたものを、すずきにつけて揚げる。 ④だし汁と調味料を合わせて煮立てる。 ⑤④につけたすずきを盛りつけた後、④で味付けした野菜を上のにせる。
(2) 1人分の材料 すずき 50g うすくちしょうゆ 2.1g 酒 1g 本みりん 3g かぶ 35g 酒 3g にんじん 15g かぶの葉 17g でんぷん 6g いりごま白 2.5g 大豆油 5g 水 25g 削り節 1g 三温糖 1.7g	

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）
牛乳 米 さつま芋 すずき かぶ にんじん 小松菜 もやし 長ねぎ 卵 焼のり	87%

4 千産千消デーで実施した食に関する指導の概要

献立表に千産千消デーを実施することを記載した。
11月の食育便りにて、和食の日と絡めて千産千消についての内容を記載し、関心を深めた。
給食委員会が一口メモを読むことで、生徒たちの関心を深めた。

5 11月の指導回数

8回

6 その他

千産千消デー実施報告書

学校名または共同調理場名

船橋市立三田中学校

1 献立

献立	
ごはん	
牛乳	
豚肉の塩麴焼き	
れんこんサラダ	
このしろのつみれ汁	
りんご	

2 地場産物を活用した料理のレシピ

(1) 料理名 このしろのつみれ汁	(3) 作り方 ①つみれはゆでる。 ②油を熱し、ごぼうをよく炒める。 ③にんじん、だいこんの順で炒める。 ④だし汁を入れ、一煮立ちしたら、アクをとる。 ⑤里芋を入れ、半ば煮る。白菜、豆腐を加える。 ⑥味を整え、葉ねぎを加える。
(2) 1人分の材料	
このしろのつみれ 20g	だし用昆布 1g
ごぼう 10g	かつお節 0.6g
だいこん 15g	淡色辛みそ 3.5g
はくさい 15g	赤色辛みそ 3.5g
にんじん 10g	こいくちしょうゆ 0.3g
さといも 20g	サラダ油 1g
葉ねぎ 3g	
木綿豆腐 20g	
レンズまめ 5g	
水 140g	

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 サニーレタス だいこん 牛乳 赤ピーマン にんじん キャベツ このしろ 里芋	れんこん ごぼう 葉ねぎ 61%

4 千産千消デーで実施した食に関する指導の概要

このしろに関する掲示物や地場産物の写真をランチルームにて掲示した。
一口メモ、一言ボードを活用し、千産千消デー献立であることを知らせた。

5 11月の指導回数

4回

6 その他

月に数回、船橋産食材を食べて知る日を設定し、献立に取り入れた。
生徒へは、ボードを使用した一口メモ、写真などを掲示して知らせた。

千産千消デー実施報告書

学校名または共同調理場名

船橋市立三山中学校

1 献立

献立	
さつまいもごはん	
牛乳	
すずきのかわり揚げ	
大根のうま煮	
おかか和え	
なめこ汁	
花みかん	

2 地場産物を活用した料理のレシピ

<p>(1) 料理名 すずきのかわり揚げ</p> <p>(2) 1人分の材料</p> <table border="0"> <tr> <td>すずき</td> <td>60 g</td> </tr> <tr> <td>白ワイン</td> <td>0.6 g</td> </tr> <tr> <td>こいくちしょうゆ</td> <td>1 g</td> </tr> <tr> <td>にんにく</td> <td>0.36 g</td> </tr> <tr> <td>でんぶん</td> <td>4 g</td> </tr> <tr> <td>揚げ油</td> <td>6 g</td> </tr> </table>	すずき	60 g	白ワイン	0.6 g	こいくちしょうゆ	1 g	にんにく	0.36 g	でんぶん	4 g	揚げ油	6 g	<p>(3) 作り方</p> <p>①すずきを白ワイン、こいくちしょうゆ、すりおろしたにんにくで下味をつける。</p> <p>②でんぶんをまんべんなくまぶして、油で揚げる。</p>
すずき	60 g												
白ワイン	0.6 g												
こいくちしょうゆ	1 g												
にんにく	0.36 g												
でんぶん	4 g												
揚げ油	6 g												

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）												
<table border="0" style="width: 100%;"> <tr> <td>米</td> <td>牛乳</td> <td>さつまいも</td> <td>すずき</td> </tr> <tr> <td>豚肉</td> <td>だいこん</td> <td>にんじん</td> <td>ねぎ</td> </tr> <tr> <td>小松菜</td> <td>豆腐</td> <td></td> <td></td> </tr> </table>	米	牛乳	さつまいも	すずき	豚肉	だいこん	にんじん	ねぎ	小松菜	豆腐			77%
米	牛乳	さつまいも	すずき										
豚肉	だいこん	にんじん	ねぎ										
小松菜	豆腐												

4 千産千消デーで実施した食に関する指導の概要

給食タイムス（一口メモ）に千産千消デーについて記載した。
給食委員が当日に給食タイムスを読んで生徒たちに関心を持ってもらうように働きかけた。

5 11月の指導回数

10回

6 その他

毎月「船橋産の旬の食材を食べて知る日」を設定している。
年間を通して牛乳、お米は、千葉県産を提供していて、そのうち年5回船橋市産米を提供している

千産千消デー実施報告書

学校名または共同調理場名

船橋市立高根台中学校

1 献立

献立	
ご飯	
牛乳	
鰯の梅肉揚げ	
豚肉と大根のうま煮	
磯香和え	
キャベツの味噌汁	
白玉団子きなこがけ	

2 地場産物を活用した料理のレシピ

(1) 料理名 鰯の梅肉揚げ	(3) 作り方 ①鰯に塩・こしょうする。 ②鰯に梅びしおを塗り、大葉をのせる。 ③②に小麦粉と水を混ぜた衣をつけて揚げる。
(2) 1人分の材料 鰯の開き 50g 塩 0.25g こしょう 0.2g 大葉 1g 梅びしお 3g 小麦粉 5g 水 3g 油 5g	

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 鰯 豚肉 さつま揚げ 大根 小松菜 海苔 キャベツ	87%

4 千産千消デーで実施した食に関する指導の概要

・地場産物使用日に一口メモの掲示
・地場産物の資料やクイズをランチルーム前に掲示
・給食委員会で地場産物のポスターを作成・掲示
・献立表に千産千消デーを明記

5 11月の指導回数

4回

6 その他

給食試食会に地場産物を使用し、保護者へ給食の地場産物使用について話をした。

千産千消デー実施報告書

学校名または共同調理場名

船橋市立習志野台中学校

1 献立

献立	
ごはん 牛乳 さんが焼き ひじきの和え物 さつま芋の黒糖がらめ かきたま汁	

2 地場産物を活用した料理のレシピ

(1) 料理名 さつま芋の黒糖がらめ (2) 1人分の材料 さつま芋 50g 砂糖 2g 黒糖 2g 塩 少々g 水 2.4g	(3) 作り方 ①さつま芋は角切りにして蒸す。 ②砂糖～水までの材料を煮詰めてたれを作る。 ③さつま芋をたれで和える。
--	--

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 たまご さつま芋	60%
牛乳 ひじき	
いわし にんじん	
ねぎ こまつな	

4 千産千消デーで実施した食に関する指導の概要

校内放送を活用し、千産千消デーについて説明。
給食の時間における、配膳室とランチルームの巡回、声かけ。

5 11月の指導回数

15回

6 その他

月毎に市内産で収穫可能な食材を使った献立を取り入れ、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

船橋市立古和釜中学校

1 献立

献立	
ご飯 牛乳 揚げだし豆腐 ごまみそ和え にらたま汁 バナナ	

2 地場産物を活用した料理のレシピ

(1) 料理名 ごまみそ和え	(3) 作り方 ①こまつなは2cmざく切り、にんじんは千切りにする ②それぞれゆでる。こまつなともやしはしょうゆ洗いをする。冷却をする。 ③白すりごまはから炒りをし、冷却する。 ④調味料はすべて混ぜ合わせ、加熱し、冷却する。 ⑤食べる直前にすべて混ぜ合わせ、盛り付ける。
(2) 1人分の材料 つきこんにゃく 8g しょうゆ 0.3g こまつな 16.5g みりん 0.5g しょうゆ 0.1g 酢 0.3g もやし 30g しょうゆ 0.3g にんじん 5g 白すりごま 1.5g 甘みそ 1g 砂糖 1g 白ねりごま 0.8g	

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 豆腐 だいこん こまつな にんじん だいこん ねぎ	73%

4 千産千消デーで実施した食に関する指導の概要

食育便りへ記載

5 11月の指導回数

1回

6 その他

千産千消デー実施報告書

学校名または共同調理場名

船橋市立坪井中学校

1 献立

献立	
さつまいもごはん 牛乳 このしろのメンチカツ風 にんじんきつねしりしり 大根と小松菜のみそ汁 柿	

2 地場産物を活用した料理のレシピ

(1) 料理名 このしろのメンチカツ風	(3) 作り方 ①にんじん、玉ねぎ、ねぎはみじん切りにする。 ②豚ひき肉、このしろ落とし身、①と調味料をよく練り合わせる。 ③②を小判型に丸め、パン粉をつけて油で揚げる。 ④ソースをかける。
(2) 1人分の材料 豚肉 20g 水 2g このしろ 20g 生パン粉 4g にんじん 10g パン粉 4g 玉ねぎ 15g 大豆白絞油 5g ねぎ 5g 中濃ソース 4.2g 赤みそ 2.75g 調整豆乳 2g 生パン粉 2g 薄力粉 4g 調整豆乳 4g	

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 もち米 さつまいも 牛乳 このしろ にんじん ねぎ 大根	70%

4 千産千消デーで実施した食に関する指導の概要

千葉県産の食材についての一口メモを生徒が作成し、朝の会で紹介した。

5 11月の指導回数

15回

6 その他

毎月「船橋産食材を食べて知る日」を行っている。
年に数回、船橋産の米を使用している。

千産千消デー実施報告書

学校名または共同調理場名

船橋市立大穴中学校

1 献立

献立	
ご飯 牛乳 すずきの薬味ソース ひじきの五目煮 磯香和え 豚汁 花みかん	

2 地場産物を活用した料理のレシピ

(1) 料理名 すずきの薬味ソース	(3) 作り方 ①生姜はすりおろして、汁のみを使用する。魚の下味（酒と生姜汁）は、30分以上つける。 ②①にでんぷんをまぶして、油で揚げる。 ③みじん切りのしょうがとにんにくを炒めて香りを出す。 ④ねぎを加えて炒める。 ⑤調味料を加えて、たれを作る。たれに炒ったごまを加える。 ⑥配膳時、魚にかける。
(2) 1人分の材料 すずき 50g サラダ油 0.5g 酒 1g しょうが 0.5g しょうが 0.4g にんにく 0.5g でんぷん 5g ねぎ 7g 揚げ油 5g 白いりごま 2g しょうゆ 2g 上白糖 1.4g 酒 2g 七味唐辛子 0.02g 辛子 0.08g	

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(コシヒカリ) 牛乳 すずき ねぎ にんじん 小松菜 ごぼう 大根 里芋 ひじき 焼きのり 豚肉	83%

4 千産千消デーで実施した食に関する指導の概要

・船橋産の米、食材について知らせた。
・地産地消の意味について、掲示した。
・食育だよりを配付した。

5 11月の指導回数

12回

6 その他

・船橋の米を給食で使用した。（コシヒカリ）
・船橋の旬の農水産物を給食に取り入れた。

千産千消デー実施報告書

学校名または共同調理場名

船橋市立豊富中学校

1 献立

献立	
ごはん	
牛乳	
ぼらのごま酢たれかけ	
骨太納豆和え	
にんじんキツネしりしり	
具だくさんみそ汁	
みかん	

2 地場産物を活用した料理のレシピ

(1) 料理名 ぼらのごま酢たれかけ	(3) 作り方 ①魚は下味をする。 ②魚に澱粉を付けて揚げる。 ③砂糖～水までを煮溶かし、澱粉でとろみを付け、たれを作る。 ④ごまは炒って軽く刻む。 ⑤タレにごまを加え、揚げた魚にかける。
(2) 1人分の材料	
ぼら 50g	みりん 0.5g
酒 1.5g	水 4g
塩 少々	澱粉 0.5g
こしょう 少々	水 1g
澱粉 5g	白ごま 2g
油 3g	
砂糖 3g	
しょうゆ 2.7g	
酢 1g	
酒 0.5g	

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 ぼら 小松菜 キャベツ ねぎ のり にんじん 大根	65%

4 千産千消デーで実施した食に関する指導の概要

献立表に地域の食材を食べて知る日であることを掲載
ランチルームでの給食中に和食の日の説明と千葉県及び船橋市の食材を紹介
食育だよりを発行した

5 11月の指導回数

6回

6 その他

10月中に2回船橋産米を使用
地域（船橋港で水揚げ）の低利用魚であるぼらを献立に使用

千産千消デー実施報告書

学校名または共同調理場名

船橋市立小室中学校

1 献立

献立	
ご飯 牛乳 肉巻き豆腐 スタミナ和え さつまいもの茶巾絞り 具沢山味噌汁 オレンジ	

2 地場産物を活用した料理のレシピ

(1) 料理名 さつまいもの茶巾絞り (2) 1人分の材料 さつまいも 50g 上白糖 2g 牛乳 5g	(3) 作り方 ①さつまいもは皮を厚めにむき、ゆでる。 ②水分を捨て、牛乳、砂糖を加えて煮る。 ③砂糖が溶けてなじんだら消火。 ④一人1個になるように、ラップで茶巾に絞る。
---	--

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 豚肉 小松菜 大根 キャベツ さつまいも にんじん 牛乳 ねぎ	74%

4 千産千消デーで実施した食に関する指導の概要

・一口メモの掲示

5 11月の指導回数

10回

6 その他

・毎月地場産物を使用する日を数回作り、その都度一口メモを掲示する。
・10月に家庭科の授業で「献立作成のポイント」として地場産物（旬の食材）を使っていることを知らせた。

千産千消デー実施報告書

学校名または共同調理場名

船橋市立特別支援学校 金堀校舎

1 献立

献立	
ご飯	
牛乳	
さんが焼き	
磯香和え 豚汁	

2 地場産物を活用した料理のレシピ

<p>(1) 料理名 さんが焼き</p> <p>(2) 1人分の材料</p> <table border="0"> <tr> <td>まいわしすり身</td> <td>14 g</td> <td>食塩</td> <td>0.1 g</td> </tr> <tr> <td>このしろすり身</td> <td>15 g</td> <td>上白糖</td> <td>1.8 g</td> </tr> <tr> <td>しょうが</td> <td>1 g</td> <td>みりん</td> <td>0.6 g</td> </tr> <tr> <td>酒</td> <td>1 g</td> <td>こいくちしょうゆ</td> <td>0.5 g</td> </tr> <tr> <td>鶏モモ挽肉</td> <td>15 g</td> <td>ごま</td> <td>2 g</td> </tr> <tr> <td>木綿豆腐</td> <td>15 g</td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>クラッシュ大豆</td> <td>10 g</td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>ねぎ</td> <td>10 g</td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>パン粉</td> <td>5 g</td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>赤味噌</td> <td>3.3 g</td> <td></td> <td></td> </tr> </table>	まいわしすり身	14 g	食塩	0.1 g	このしろすり身	15 g	上白糖	1.8 g	しょうが	1 g	みりん	0.6 g	酒	1 g	こいくちしょうゆ	0.5 g	鶏モモ挽肉	15 g	ごま	2 g	木綿豆腐	15 g			クラッシュ大豆	10 g			ねぎ	10 g			パン粉	5 g			赤味噌	3.3 g			<p>(3) 作り方</p> <p>①材料は下処理する</p> <p>②いわしとコノシロのすり身は、しょうがと酒で下味をつける。</p> <p>③鶏モモ挽肉～こいくちしょうゆまでを入れてよく混ぜる。</p> <p>④鉄板にのせごまをふり焼く。</p> <p>⑤数に切り分けて仕上げる。</p>
まいわしすり身	14 g	食塩	0.1 g																																						
このしろすり身	15 g	上白糖	1.8 g																																						
しょうが	1 g	みりん	0.6 g																																						
酒	1 g	こいくちしょうゆ	0.5 g																																						
鶏モモ挽肉	15 g	ごま	2 g																																						
木綿豆腐	15 g																																								
クラッシュ大豆	10 g																																								
ねぎ	10 g																																								
パン粉	5 g																																								
赤味噌	3.3 g																																								

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 いわしのすり身 このしろのすり身	76%
ねぎ 小松菜 人参 大根	
里芋	

4 千産千消デーで実施した食に関する指導の概要

給食だより記載

5 11月の指導回数

1回

6 その他
