

千産千消デー実施報告書

学校名または共同調理場名

浦安市千鳥学校給食センター 第一調理場

1 献立

献立	
ご飯	
牛乳	
鱈の立田揚げ	
キャベツと小松菜の磯辺和え	
さつま芋のみそ汁	
人参ゼリー	

2 地場産物を活用した料理のレシピ

<p>(1) 料理名 鱈の立田揚げ</p> <p>(2) 1人分の材料</p> <table border="0"> <tr><td>いわしフィレ</td><td>30 g</td></tr> <tr><td>酒</td><td>2 g</td></tr> <tr><td>生姜</td><td>0.2 g</td></tr> <tr><td>醤油</td><td>2.3 g</td></tr> <tr><td>みりん</td><td>0.5 g</td></tr> <tr><td>でんぶん</td><td>5.5 g</td></tr> <tr><td>油</td><td>3 g</td></tr> </table>	いわしフィレ	30 g	酒	2 g	生姜	0.2 g	醤油	2.3 g	みりん	0.5 g	でんぶん	5.5 g	油	3 g	<p>(3) 作り方</p> <p>①生姜はみじん切りにする。</p> <p>②酒、醤油、みりん、生姜を合わせ、いわしに下味をつける。</p> <p>③汁気を切ったいわしにでんぶんをまぶす。</p> <p>④185度で3分50秒あげる。</p>
いわしフィレ	30 g														
酒	2 g														
生姜	0.2 g														
醤油	2.3 g														
みりん	0.5 g														
でんぶん	5.5 g														
油	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	キャベツ	86%
小松菜	人参	きざみのり	さつまいも	
大根	長葱			

4 千産千消デーで実施した食に関する指導の概要

校内放送用資料を配付（地産地消についての説明）
献立表に地産地消についての説明を記載

5 11月の指導回数

2回

6 その他

特になし

千産千消デー実施報告書

学校名または共同調理場名

浦安市千鳥学校給食センター 第二調理場

1 献立

献立	
ごはん	
牛乳	
いわしのたつた揚げ	
キャベツと小松菜の磯辺和え	
さつまいものみそ汁	
人参ゼリー	

2 地場産物を活用した料理のレシピ

<p>(1) 料理名 いわしのたつた揚げ</p> <p>(2) 1人分の材料</p> <table border="0"> <tr><td>いわしフィレ</td><td>30 g</td></tr> <tr><td>酒</td><td>2 g</td></tr> <tr><td>生姜</td><td>0.2 g</td></tr> <tr><td>醤油</td><td>2.3 g</td></tr> <tr><td>みりん</td><td>0.5 g</td></tr> <tr><td>でんぷん</td><td>5.5 g</td></tr> <tr><td>油</td><td>3 g</td></tr> </table>	いわしフィレ	30 g	酒	2 g	生姜	0.2 g	醤油	2.3 g	みりん	0.5 g	でんぷん	5.5 g	油	3 g	<p>(3) 作り方</p> <p>①生姜はみじん切りにする。</p> <p>②酒、醤油、みりん、生姜を合わせ、いわしに下味をつける。</p> <p>③汁気を切ったいわしにでんぷんをまぶす。</p> <p>④185度で3分50秒あげる。</p>
いわしフィレ	30 g														
酒	2 g														
生姜	0.2 g														
醤油	2.3 g														
みりん	0.5 g														
でんぷん	5.5 g														
油	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	キャベツ	86%
小松菜	人参	きざみのり	さつまいも	
大根	長葱			

4 千産千消デーで実施した食に関する指導の概要

校内放送用資料を配付（地産地消についての説明）
給食時間における学校訪問
献立表に地産地消についての説明を記載

5 11月の指導回数

4回

6 その他

特になし

千産千消デー実施報告書

学校名または共同調理場名

浦安市千鳥学校給食センター第三調理場

1 献立

献立	
ごはん 牛乳 いわしの香味揚げ 大根と里芋のそぼろ煮 磯辺和え にんじんゼリー	

2 地場産物を活用した料理のレシピ

(1) 料理名 いわしの香味揚げ (2) 1人分の材料 いわしフィレ 30g みりん 2.9g でんぷん 6g 水 6.5g 長ねぎ 1g 揚げ油 3g 生姜 0.3g にんにく 0.3g 赤味噌 0.5g 豆板醤 0.05g しょうゆ 2.1g 酒 1g 砂糖 1.4g	(3) 作り方 ①生姜、にんにくはすりおろす。長ねぎは小口切りにする。 ②①と調味料、水を加熱してたれを作る。 ③いわしにでんぷんをまぶして油で揚げる。(180°C4分目安) ④揚げたいわしにたれをかける。
--	---

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 大根 さといも にんじん いわし 長ねぎ 小松菜 のり	81%

4 千産千消デーで実施した食に関する指導の概要

千葉県でよくとれる食材や地産地消について掲示資料を作成して配付
献立表に献立の説明を掲載

5 11月の指導回数

4回

6 その他

特になし