

千産千消デー実施報告書

学校名または共同調理場名

松戸市立第一中学校

1 献立

献立	
わかめごはん すずきのから揚げ おろしポン酢和え 豆腐とわかめのみそ汁 和梨のゼリーポンチ 牛乳	

2 地場産物を活用した料理のレシピ

(1) 料理名 すずきのから揚げ	(3) 作り方 ①魚に酒をふっておく。 ②おろしにんにく～食塩までを混ぜ合わせ、①に下味をつける。 ③米粉とでんぷんを混ぜた粉を②にまぶし、揚げる。
(2) 1人分の材料 すずき 50 g 清酒（下味用） 3 g おろしにんにく 0.3 g おろししょうが 0.5 g こいくちしょうゆ 2 g 清酒（調理用） 1.5 g 食塩 0.15 g 米粉 5 g でんぷん 6 g 揚げ油 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）
精白米 すずき（切り身） おろしにんにく おろししょうが 米粉 小松菜 にんじん 大根 冷凍里いも 和梨ゼリー 牛乳	78%

4 千産千消デーで実施した食に関する指導の概要

校内放送で周知。
給食だよりで地場産物の活用や千産千消デーの給食について紹介。
千産千消デーの紹介カードを給食サンプルにのせた。

5 11月の指導回数

5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

松戸市立第二中学校

1 献立

献立	
ごはん 牛乳 鰯の春巻き 茎わかめのきんぴら のり和え 豚汁 梨ゼリー	

2 地場産物を活用した料理のレシピ

(1) 料理名 鰯の春巻き	(3) 作り方 ①ねぎはみじん切り。 ②調味料と合わせてネギみそを作る。 ③春巻きの皮に鰯を置き、ネギみそをぬる。 ④包んでとめる。 ⑤油で揚げる。
(2) 1人分の材料 いわしフィレ 25 g 清酒 1 g 赤味噌 2 g 上白糖 0.8 g ながねぎ 5 g 春巻きの皮 12.5 g 小麦粉 0.1 g 水 0.3 g 大豆白絞油 2 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 さつまいも 鰯 ねぎ キャベツ 小松菜 のり 大根 里芋 梨ピューレ 牛乳	70%

4 千産千消デーで実施した食に関する指導の概要

献立表への記載。
掲示物の作成。
校内放送の活用。
給食だよりへの記載。

5 11月の指導回数

7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

松戸市立第三中学校

1 献立

献立	
ひじきの混ぜごはん いわしのさらさ揚げ 青菜のごま和え さつま汁 みかん 牛乳	

2 地場産物を活用した料理のレシピ

(1) 料理名 いわしのさらさ揚げ	(3) 作り方 ① いわしにしょうゆ、酒、おろししょうがで下味をつける。 ② いわしにでんぶん、米粉、カレー粉を混ぜた衣をつける。 ③ 油でいわしを揚げる。
(2) 1人分の材料 いわし 50 g しょうゆ 1.5 g 酒 1 g しょうが 0.6 g でんぶん 3 g 米粉 2 g カレー粉 0.3 g 大豆白絞油 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 ひじき にんじん いわし 小松菜 きゃべつ だいこん さつまいも あじさいねぎ 牛乳	80%

4 千産千消デーで実施した食に関する指導の概要

校内放送で千産千消デーの給食内容について説明をした。
当日給食で使用した千葉県食材の実物を食堂内に展示。
給食だよりに千産千消の説明と給食の献立内容について載せた。
食堂内に千産千消デーの紹介や松戸産コシヒカリについての掲示物を貼った。

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

松戸市立第四中学校

1 献立

献立	
さつまいもごはん 照り焼きチキン 切干大根とあさりの煮物 具だくさん汁物 パナナ 牛乳	

2 地場産物を活用した料理のレシピ

(1) 料理名 照り焼きチキン	(3) 作り方 ①鶏肉に下味をつけ冷蔵庫に入れる。 ②オーブンで焼く。
(2) 1人分の材料 とりもも肉 60g こいくちしょうゆ 3g 三温糖 0.2g みりん 1.5g 酒 2g	

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（ふさこがね） 小松菜 鶏肉 さつまいも にんじん 牛乳 長ねぎ	67%

4 千産千消デーで実施した食に関する指導の概要

給食だよりで千産千消デーについて説明。
給食に使用した千葉県産食材を毎日掲示し地場産物を紹介。
2年生徒が家庭科の授業で考えた地場産物を使用した献立を実施。

5 11月の指導回数

14回

6 その他

千葉県民の日のある6月に地場産物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

松戸市立第五中学校

1 献立

献立	
ごはん	
鶏肉と矢切ねぎの照り焼き	
地元野菜の和え物	
秋野菜と油揚げの味噌汁	
牛乳	

2 地場産物を活用した料理のレシピ

(1) 料理名 鶏肉と矢切ねぎの照り焼き	(3) 作り方 ①肉に下味をつけ、オーブンで焼く。 ②生揚げは米粉をつけ、油で揚げる。 ③長ねぎは1cm厚さの斜め切りにし、サラダ油を熱した釜で炒め、火が通ったら釜から取り出す。 ④釜にタレの材料を入れ、フツフツしたら具を全て投入し、タレをからめる。
(2) 1人分の材料	
鶏もも肉 75g	サラダ油 1g
酒 1.5g	こいくちしょうゆ(調理用) 2.6g
こいくちしょうゆ(下味用) 2.5g	砂糖(調理用) 2.6g
砂糖(下味用) 2g	水分 3g
おろししょうが 0.3g	
おろしにんにく 0.3g	
生揚げ 30g	
米粉 3g	
揚げ油 3g	
長ねぎ 30g	

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 大根 長ねぎ あじさいねぎ 小松菜 人参 牛乳	46%

4 千産千消デーで実施した食に関する指導の概要

献立説明の掲示。
給食委員会による放送。
給食だよりに掲載。

5 11月の指導回数

13回

6 その他

6月の千葉県民の日にも地場産物を使った給食を提供した。
献立作成の授業と関連付けて地産地消献立を募集し、実際の給食に提供した。

千産千消デー実施報告書

学校名または共同調理場名

松戸市立第六中学校

1 献立

献立	
薩摩芋と雑魚のごはん	
鰯の葱味噌巻き	
野菜の味噌和え	
豚汁	
ひとくち牛乳プリン	
牛乳	

2 地場産物を活用した料理のレシピ

<p>(1) 料理名 鰯の葱味噌巻き</p> <p>(2) 1人分の材料</p> <p>いわし開き 40 g 清酒（下味用） 2 g 長ネギ 10 g 赤味噌 4 g 白いりごま 2 g 砂糖 1.6 g 清酒（調理用） 0.6 g 春巻きの皮 12.5 g 揚げ油 4 g 小麦粉 1 g</p>	<p>(3) 作り方</p> <p>①魚に酒を振る。 ②鰯の腹に葱味噌をのせて置む。 ③春巻きの皮で包み、水溶性小麦粉でのりつけする。 ④油で揚げる。</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 薩摩芋 人参 牛乳 鰯 キャベツ 長ネギ 豚肉 小松菜 のり 大根の葉 大根 一口牛乳プリン	75%

4 千産千消デーで実施した食に関する指導の概要

掲示物を活用し、地産地消について説明。
給食の時間に、地産地消について学年指導。
農家さんを招いて、地産地消・フードロス・自給率について学年指導。

5 11月の指導回数

6回

6 その他

市内の中学生が作成したレシピを献立として採用した。

千産千消デー実施報告書

学校名または共同調理場名

松戸市立小金中学校

1 献立

献立	
秋のかおりごはん	
いわしのねぎ味噌巻き	
大豆と小松菜炒め	
芋の子汁	
柿	
牛乳	

2 地場産物を活用した料理のレシピ

<p>(1) 料理名 いわしのねぎ味噌巻き</p> <p>(2) 1人分の材料</p> <table border="0"> <tr><td>まいわし</td><td>25 g</td></tr> <tr><td>清酒（下味用）</td><td>1 g</td></tr> <tr><td>ながねぎ</td><td>5 g</td></tr> <tr><td>赤みそ</td><td>2 g</td></tr> <tr><td>三温糖</td><td>0.8 g</td></tr> <tr><td>清酒（調理用）</td><td>0.3 g</td></tr> <tr><td>春巻の皮</td><td>12.5 g</td></tr> <tr><td>小麦粉</td><td>1 g</td></tr> <tr><td>水</td><td>2 g</td></tr> <tr><td>大豆白絞油</td><td>3 g</td></tr> </table>	まいわし	25 g	清酒（下味用）	1 g	ながねぎ	5 g	赤みそ	2 g	三温糖	0.8 g	清酒（調理用）	0.3 g	春巻の皮	12.5 g	小麦粉	1 g	水	2 g	大豆白絞油	3 g	<p>(3) 作り方</p> <p>①いわしに酒をふっておく。</p> <p>②ながねぎをみじん切りにし、赤みそ、三温糖、酒と混ぜ合わせ、味噌だれをつくる。</p> <p>③春巻の皮にいわし、その上に味噌だれをのせ、春巻の皮で巻き、小麦粉のりでとめる。</p> <p>④油で揚げる。</p>
まいわし	25 g																				
清酒（下味用）	1 g																				
ながねぎ	5 g																				
赤みそ	2 g																				
三温糖	0.8 g																				
清酒（調理用）	0.3 g																				
春巻の皮	12.5 g																				
小麦粉	1 g																				
水	2 g																				
大豆白絞油	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）								
<table border="0"> <tr> <td>米</td> <td>さつまいも</td> <td>にんじん</td> <td>しいたけ</td> </tr> <tr> <td>まいわし</td> <td>小松菜</td> <td>大根</td> <td>牛乳</td> </tr> </table>	米	さつまいも	にんじん	しいたけ	まいわし	小松菜	大根	牛乳	57%
米	さつまいも	にんじん	しいたけ						
まいわし	小松菜	大根	牛乳						

4 千産千消デーで実施した食に関する指導の概要

給食だよりに千産千消について掲載した。
地産地消についての掲示物を作成した。
当日使用している千葉県産の食材について毎日知らせた。

5 11月の指導回数

14回

6 その他

6月の千葉県民の日にあわせて、千葉県産の食材を取り入れた献立を実施。
1月の給食週間にあわせて、千葉県産の食材を取り入れた献立を実施。

千産千消デー実施報告書

学校名または共同調理場名

松戸市立常盤平中学校

1 献立

献立	
ごはん 鶏肉と里芋の煮物 カタクチ鱈の青のり揚げ 小松菜とキャベツのごま和え みかん 牛乳	

2 地場産物を活用した料理のレシピ

(1) 料理名 カタクチ鱈の青のり揚げ (2) 1人分の材料 カタクチ鱈 18g でんぶん 3g 青のり 0.03g 水分 1.5g 揚げ油 2g	(3) 作り方 ①でんぶん、水分、青のりを混ぜた衣を作る。 ②鱈に①の衣をつける。 ③油で揚げる。
--	--

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 小松菜 カタクチ鱈 きゃべつ さといも 牛乳 にんじん	61%

4 千産千消デーで実施した食に関する指導の概要

給食時間での放送で地場産物活用を知らせる。
給食サンプル前に活用した地場産物を表示。
給食だよりで地場産物活用について知らせる。
給食試食会の開催。

5 11月の指導回数

5回

6 その他

家庭科授業の中で地場産物を活用した献立作成を実施。

千産千消デー実施報告書

学校名または共同調理場名

松戸市立栗ヶ沢中学校

1 献立

献立	
ごはん にんにくポン酢で食べるすずきの竜田揚げ 千葉県産海苔和え あじさいねぎと千葉県産SPF豚の豚汁 千葉県産さつまいものスイートポテト 牛乳	

2 地場産物を活用した料理のレシピ

(1) 料理名 千葉県産さつまいものスイートポテト (2) 1人分の材料 さつまいも 45g 上白糖 4g こいくちしょうゆ 1g 生クリーム 3g 有塩バター 2g	(3) 作り方 ①さつまいもを蒸してつぶす。 ②さつまいもに、上白糖、しょうゆ、生クリーム、バターを加え、よく混ぜる。 ③小判型に成形し、予熱したオーブン200℃で10～15分焼く。
--	--

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）
精白米 すずき 米粉 だいこん 小松菜 にんじん きざみのり ぶたかた肉 あじさいねぎ さつまいも 牛乳	80%

4 千産千消デーで実施した食に関する指導の概要

献立表に千葉県でとれる食材や千葉県の郷土料理について記載。
給食だよりに地産地消の取り組みについて記載。
提供当日、食堂の入り口で当日使用した千葉県産の食材について紹介。
学校ホームページで給食における地産地消の取り組みや食材について紹介。
給食時間における巡回指導中の声掛けの実施。

5 11月の指導回数

10回

6 その他

6月15日の県民の日に合わせて、千葉県産の食材を使った献立を提供。

千産千消デー実施報告書

学校名または共同調理場名

松戸市立六実中学校

1 献立

献立	
ごはん ひじきふりかけ いわしのかばやき 小松菜のごまあえ 味噌けんちん汁 オレンジゼリー 牛乳	

2 地場産物を活用した料理のレシピ

(1) 料理名 いわしのかばやき	(3) 作り方 ①いわしに下味をつける。 ②でんぶんをつけて油で揚げる。 ③調味料をあわせ、ながねぎとごまをいれてたれを作る。 ④いわしにたれをかける。
(2) 1人分の材料	
いわし 50g 三温糖 2g	
酒(下味用) 0.6g ながねぎ 5g	
しょうゆ(下味用) 0.6g 白いりごま 1g	
おろししょうが 0.4g でんぶん 1g	
でんぶん 5g 水分 20g	
揚げ油 4g	
しょうゆ(調理用) 4g	
食塩 0.1g	
酒(調理用) 0.5g	
本みりん 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)
米 長葱 大根 小松菜 人参 キャベツ 牛乳	56%

4 千産千消デーで実施した食に関する指導の概要

・給食だよりで地産地消について周知した。
・掲示物を作成した。
・給食黒板に当日に使用する千葉産の食材を周知した。

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

松戸市立小金南中学校

1 献立

献立	
とうもろこしご飯 鱈のねぎ味噌春巻き 小松菜のみぞれ和え 千葉産野菜たっぷり具だくさん豚汁 なしゼリー 牛乳	

2 地場産物を活用した料理のレシピ

(1) 料理名 千葉産野菜たっぷり具だくさん豚汁	(3) 作り方 ①豚肉をにんにくで炒める。 ②だし汁を加え、ごぼう・にんじん・大根を入れ煮る。 ③煮えたら、さつまいもを加え煮る。 ④えのき・かぶを加えて煮、味噌で味を調える。 ⑤茹でたかぶの葉と長ねぎを加え仕上げる。
(2) 1人分の材料	
豚肩肉 10g 出しこぶ 0.3g	
にんにく 0.5g 削り節 4.5g	
油 1g 干ししいたけ 0.16g	
えのき茸 5g 水分 145g	
ごぼう 10g	
にんじん 10g	
大根 15g	
さつまいも 20g	
長ねぎ 15g	
白みそ 8.5g	

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 さつまいも かぶ 大根 にんじん 長ねぎ 小松菜 牛乳	46%

4 千産千消デーで実施した食に関する指導の概要

生徒が考案した給食メニューを地産地消週間に取り入れた。（全190作品）千産千消デーの献立も生徒考案メニュー。
給食だよりで紹介。
1週間分の生徒考案メニューを事前に紹介。（クラス掲示用作成）
当日の一口メモ・当日作成時の写真等の掲示。

5 11月の指導回数

16回

6 その他

①7月に家庭科で地産地消の授業を行い、夏休みに地産地消の材料を使い、南中メニューを考え、本人が作った物を写真を添えてレポート作成。
②11月にあじさい農家さん・栄養教諭との地元野菜の活用とSDGsについてコラボ授業。
③地産地消週間に生徒考案の献立実施。（この他11月に8人分・12月に4人分・1月にも給食週間に千葉県メニューとして実施予定）

千産千消デー実施報告書

学校名または共同調理場名

松戸市立古ヶ崎中学校

1 献立

献立	
いわしのかば焼き丼 牛乳 さつま汁 小松菜のごま酢和え 牛乳プリン	

2 地場産物を活用した料理のレシピ

(1) 料理名 いわしのかば焼き丼	(3) 作り方 ①いわしにでんぶんをつけて揚げる。 ②たれをわかす。 ③卵を蒸す。 ④魚をたれにくぐらせ、ごはん、魚、卵、のりの順に盛り付けつる。
(2) 1人分の材料 米 100g 錦糸卵 20g 麦 10g 刻みのり 0.5g いわし 50g でんぶん 5g あぶら 3.5g 醤油 5g 砂糖 2g みりん 2g しょうが 0.5g 水 30g	

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 さつまいも いわし のり ねぎ 小松菜 だいこん 牛乳プリン 卵 牛乳	87%

4 千産千消デーで実施した食に関する指導の概要

校内放送の活用。
食材カード掲示。
給食だより掲載。
給食一口メモ作成。

5 11月の指導回数

8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

松戸市立牧野原中学校

1 献立

献立	
いわしと小松菜のスタミナ丼	
ひたし青豆	
味噌汁	
スイートポテト	
牛乳	

2 地場産物を活用した料理のレシピ

<p>(1) 料理名 いわしと小松菜のスタミナ丼</p> <p>(2) 1人分の材料</p> <table border="1"> <tr> <td>精白米</td> <td>100 g</td> <td>しょうが</td> <td>0.5 g</td> </tr> <tr> <td>麦</td> <td>10 g</td> <td>にんにく</td> <td>0.5 g</td> </tr> <tr> <td>水分</td> <td>132 g</td> <td>しょうゆ</td> <td>3 g</td> </tr> <tr> <td>小松菜</td> <td>20 g</td> <td>みりん</td> <td>2 g</td> </tr> <tr> <td>食塩</td> <td>0.3 g</td> <td>三温糖</td> <td>2 g</td> </tr> <tr> <td>黒いりごま</td> <td>2 g</td> <td>清酒（調理用）</td> <td>2 g</td> </tr> <tr> <td>いわしの開き</td> <td>50 g</td> <td>厚けずり</td> <td>0.1 g</td> </tr> <tr> <td>清酒（下味用）</td> <td>2 g</td> <td>水分</td> <td>6 g</td> </tr> <tr> <td>でんぶん（下味用）</td> <td>8 g</td> <td>でんぶん（調理用）</td> <td>0.5 g</td> </tr> <tr> <td>大豆白締油</td> <td>4 g</td> <td></td> <td></td> </tr> </table>	精白米	100 g	しょうが	0.5 g	麦	10 g	にんにく	0.5 g	水分	132 g	しょうゆ	3 g	小松菜	20 g	みりん	2 g	食塩	0.3 g	三温糖	2 g	黒いりごま	2 g	清酒（調理用）	2 g	いわしの開き	50 g	厚けずり	0.1 g	清酒（下味用）	2 g	水分	6 g	でんぶん（下味用）	8 g	でんぶん（調理用）	0.5 g	大豆白締油	4 g			<p>(3) 作り方</p> <p>①炊き上がったごはん小松菜・食塩・黒いりごまを混ぜる。</p> <p>②いわしに下味をつけてでんぶんをつけて揚げる。</p> <p>③たれを煮立てとろみをつける。</p> <p>④たれを上からかける。</p> <p>⑤ごはんにいわしをのせて配食する。</p>
精白米	100 g	しょうが	0.5 g																																						
麦	10 g	にんにく	0.5 g																																						
水分	132 g	しょうゆ	3 g																																						
小松菜	20 g	みりん	2 g																																						
食塩	0.3 g	三温糖	2 g																																						
黒いりごま	2 g	清酒（調理用）	2 g																																						
いわしの開き	50 g	厚けずり	0.1 g																																						
清酒（下味用）	2 g	水分	6 g																																						
でんぶん（下味用）	8 g	でんぶん（調理用）	0.5 g																																						
大豆白締油	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）
精白米	小松菜	いわし	ひじき	71%
だいこん	ながねぎ	人参	さつまいも	
牛乳				

4 千産千消デーで実施した食に関する指導の概要

地産地消について給食だよりで掲載。
給食時間に、地産地消・フードロス・自給率についてDVDを流した。

5 11月の指導回数

5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

松戸市立河原塚中学校

1 献立

献立	
さつまいもごはん いわしのかば焼き キャベツと小松菜の昆布和え 味噌汁 牛乳	

2 地場産物を活用した料理のレシピ

<p>(1) 料理名 キャベツと小松菜の昆布和え</p> <p>(2) 1人分の材料</p> <table border="0"> <tr><td>小松菜</td><td>30 g</td></tr> <tr><td>キャベツ</td><td>20 g</td></tr> <tr><td>もやし</td><td>20 g</td></tr> <tr><td>にんじん</td><td>5 g</td></tr> <tr><td>昆布茶</td><td>0.5 g</td></tr> <tr><td>塩昆布</td><td>1.5 g</td></tr> <tr><td>白いりごま</td><td>1.5 g</td></tr> </table>	小松菜	30 g	キャベツ	20 g	もやし	20 g	にんじん	5 g	昆布茶	0.5 g	塩昆布	1.5 g	白いりごま	1.5 g	<p>(3) 作り方</p> <ol style="list-style-type: none"> ① 小松菜・キャベツは2cmのざく切り、にんじんは千切りにし茹でる。 ② ゴマは炒っておく。 ③ 昆布茶と塩昆布と一緒に野菜を和える。
小松菜	30 g														
キャベツ	20 g														
もやし	20 g														
にんじん	5 g														
昆布茶	0.5 g														
塩昆布	1.5 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）
精白米 さつまいも 小松菜 キャベツ 人参 ながねぎ もち米 さといも 牛乳	62%

4 千産千消デーで実施した食に関する指導の概要

一口メモを活用した食品紹介。（千葉県でとれる食品）
給食だよりへの掲載。（地産地消メニューの紹介及び特産物の紹介）

5 11月の指導回数

12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

松戸市立根木内中学校

1 献立

献立	
ごはん すずきのフレーク焼き 小松菜ののりあえ 豆かりんとう 牛乳	

2 地場産物を活用した料理のレシピ

(1) 料理名 すずきのフレーク焼き	(3) 作り方 ①ワインとこしょうを振って下味をつけておく。 ②マヨネーズからこしょうまでを混ぜてソースをつくる。 ③コーンフレークは、荒く砕きパン粉、バジルと混ぜておく。 ④鉄板に魚の皮を下にして並べて、ソースをかけ、③をふりかける。 ⑤オーブンで焼く。コンビ180℃12分。
(2) 1人分の材料 すずき 50g コーンフレーク 4g 白ワイン 1g こしょう(下味用) 0.03g 卵なしマヨネーズ 6.5g 白花豆ペースト 4g 豆乳 1.3g 塩 0.13g こしょう(調理用) 0.01g 乾燥バジル 0.01g 乾燥パン粉 1.3g	

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)
精白米 さつま芋 すずき 牛乳 小松菜 きざみのり	78%

4 千産千消デーで実施した食に関する指導の概要

・給食だよりで地産地消の利点を伝えるとともに旬の千葉県産食材を知らせる。
・給食黒板に当日使用の千葉県産食材を知らせる。
・掲示物作成。

5 11月の指導回数

16回

6 その他

・6月にも県民の日になんで千産千消献立を実施した。

千産千消デー実施報告書

学校名または共同調理場名

松戸市立新松戸南中学校

1 献立

献立	
ごはん	
いわしのあじさいねぎソースかけ	
小松菜ときゃべつの辛子和え	
千葉産汁	
みかん	
牛乳	

2 地場産物を活用した料理のレシピ

(1) 料理名 いわしのあじさいねぎソースかけ	(3) 作り方 ①いわしに酒をふりかけ冷蔵保管。でんぷん・小麦粉・米粉を混ぜた粉につけて油で揚げる。 ②にんにくとしょうがはおろし、あじさいねぎは小口切りにする。にんにくとしょうが、調味料を入れて煮立たせ、最後にあじさいねぎを入れる。
(2) 1人分の材料	③①に②をかける。
まいわしフィレ 20g 3枚 60g 穀物酢 2.5g	
清酒 2g 三温糖 2g	
でんぷん 4g ごま油 0.3g	
小麦粉 2.5g	
米粉 2.5g	
大豆白絞油 4g	
あじさいねぎ 6g	
しょうが 0.5g	
にんにく 0.5g	
こいくちしょうゆ 3g	

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 きゃべつ ながねぎ まいわし にんじん 牛乳 あじさいねぎ だいこん 小松菜 さつまいも	83%

4 千産千消デーで実施した食に関する指導の概要

・家庭科の授業で、栄養士から給食の地場産物の使用について説明を聞き、地場産物を取り入れた献立作成を行いました。
・千産千消デーや地場産物に関する1口メモを作成し、給食配膳場所に掲示しました。
・給食だよりに、地場産物についての授業の内容等を掲載しました。

5 11月の指導回数

8回

6 その他

・家庭科の授業で生徒が作成した、地場産物を利用した献立は、1月頃の給食に提供予定です。

千産千消デー実施報告書

学校名または共同調理場名

松戸市立金ヶ作中学校

1 献立

献立	
豚玉子丼	
小松菜ののり和え	
味噌汁 (かぶ・ねぎ)	
キャラメルポテト	
牛乳	

2 地場産物を活用した料理のレシピ

(1) 料理名 小松菜ののり和え	(3) 作り方 ①調味料は合わせてひと煮立ちさせる。 ②野菜は茹でて水冷し、水気を切る。 ③野菜を冷やす。 ④のりはオーブンで焼き、冷やす。 ⑤冷やした野菜を調味料とのりで和える。
(2) 1人分の材料 小松菜 40 g もやし 25 g にんじん 3 g きざみのり 0.3 g こいくちしょうゆ 2.7 g みりん 0.7 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 卵 小松菜 のり かぶ さつまいも 牛乳	57%

4 千産千消デーで実施した食に関する指導の概要

・給食委員による各クラスでの呼びかけ。
・一口メモによる掲示。
・給食だよりでの啓発。
・給食時間（配膳中）の声かけ。

5 11月の指導回数

5回

6 その他

・10月に家庭科の授業にて、千葉県産の食材についての説明を実施。

千産千消デー実施報告書

学校名または共同調理場名

松戸市立和名ヶ谷中学校

1 献立

献立	
菜めし いわしのさんが焼き 小松菜のおひたし 豚汁 きなこ豆 牛乳	

2 地場産物を活用した料理のレシピ

(1) 料理名 いわしのさんが焼き	(3) 作り方 ①長葱と人参はみじん切りにし、生姜はおろす。 ②材料と調味料をよく混ぜ合わせる。 ③小判型に成形し、オーブンで焼く。 オープン200℃12分。
(2) 1人分の材料	
豚もも挽肉 25g 醤油 2g	
真鯛すり身 55g 食塩 0.1g	
長葱 10g	
人参 5g	
生姜 2g	
芽ひじき 1g	
液卵 8g	
澱粉 0.6g	
赤味噌 2g	
清酒 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 真鯛 長葱 人参 小松菜 キャベツ 大根 牛乳	70%

4 千産千消デーで実施した食に関する指導の概要

・給食だよりを発行した。
・資料を掲示した。

5 11月の指導回数

14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

松戸市立旭町中学校

1 献立

献立	
ごはん 牛乳 いものこ汁 鰯のハンバーグ 小松菜の海苔和え 梨ケーキ	

2 地場産物を活用した料理のレシピ

(1) 料理名 梨ケーキ	(3) 作り方 ①梨を粗みじんにする。 ②材料を混ぜ合わせる。 ③カップに入れ、オーブンで焼く。
(2) 1人分の材料 梨 20 g 上白糖 2 g レモン果汁 0.06 g 有塩バター 2.2 g 牛乳 18 g ホットケーキミックス 30 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 大根 小松菜 鰯 人参 梨 海苔 しょうが 牛乳 里芋 長ネギ	76%

4 千産千消デーで実施した食に関する指導の概要

給食時間に千産千消デーに関する放送。
千産千消デーに関する給食メモの掲示。
給食だよりによる千産千消デーに関する啓発。
給食黑板に千葉県産食材カードの掲示。

5 11月の指導回数

15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

松戸市立小金北中学校

1 献立

献立
いわしと小松菜のスタミナ丼
のり酢和え
さつまい
オレンジ
牛乳



2 地場産物を活用した料理のレシピ

(1) 料理名	(3) 作り方
いわしと小松菜のスタミナ丼	①<小松菜ごはん>ごま油で小松菜・塩・ごまを炒めておく。
(2) 1人分の材料	②炊きあがったごはん①を混ぜる。(たれも少量ごはん混ぜておく。)
精白米 90g	③<いわしのスタミナ揚げ>いわしに下味をつけ、でんぷんをつけて揚げる。
でんぷん 3.5g	④たれを煮立て、とろみをつける。
白麦 10g	⑤たれを半分いわしにからめておく。
大豆白絞油 5g	⑥ごはんを盛り、いわしにたれをつけながら、ごはんのせて配食する。
しょうが 1g	
小松菜 15g	
にんにく 1g	
ごま油 0.9g	
ながねぎ 10g	
食塩 0.15g	
こいくちしょうゆ 3.5g	
黒いりごま 3g	
みりん 2g	
まいわし 開き 50g	
三温糖 1g	
清酒(下味用) 2g	
清酒(調理用) 2g	
小麦粉 3.5g	
だし用厚けずり 0.1g	

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 まいわし 小松菜 しょうが ながねぎ キャベツ にんじん のり さつまいも だいこん 牛乳	74%

4 千産千消デーで実施した食に関する指導の概要

給食だよりを発行。
家庭科で千産千消について授業を实践。
毎日の献立と使用した千葉県産食材の紹介。

5 11月の指導回数

8回

6 その他

6月に県民の日メニューとして、千葉県産の食材を取り入れた献立を実施。
1月24日からの学校給食週間に千葉県産の食材を取り入れた献立を実施予定。