

# 千産千消デー実施報告書

学校名または共同調理場名

千葉市立新宿小学校

## 1 献立

献立	
ごはん	
牛乳	
中華風卵焼き	
白玉汁	
キャベツと茎わかめの中華和え	
焼き海苔	

## 2 地場産物を活用した料理のレシピ

(1) 料理名	(3) 作り方
中華風卵焼き	①きくらげは水で戻して千切り。にんじん、たまねぎはみじん切り。しょうが、にんにくはすりおろす。
(2) 1人分の材料	②油をしいて、にんにく、しょうが、豆板醤を入れて弱火にかける。
サラダ油 0.5g たまねぎ 8g	③香りが出たら水、ケチャップ、砂糖、塩を加え調味する。
酒 0.5g しょうが 0.2g	④片栗粉を水でとき、とろみをつけてソースを作る。
中華だし 0.03g にんにく 0.1g	⑤油をしいて、鶏ひき肉を炒め酒をふる。
しょうゆ 1g 砂糖 0.3g	⑥きくらげ、にんじん、たまねぎを加えて炒め、調味料で調味する。
塩 0.27g 塩 0.08g	⑦粗熱をとった⑥の具と、よくほぐした卵と水を混ぜる。
卵 30g ケチャップ 2g	⑧耐熱カップに分け、200℃に加熱したオーブンで10～15分焼く。
鶏ひき肉 12g 豆板醤 0.04g	(または油をしいたフライパンに流し入れ、ふたをして弱火で焼いてもよい)
きくらげ 0.3g 片栗粉 0.2g	⑨焼きあがった⑧に④のソースを好みでのせる。
水 7g 水 3g	
にんじん 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 ねぎ 牛乳 サラダ菜 だいこん 卵 にんじん 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

校内放送を活用し、千産千消について説明（旬の食べ物は栄養が豊富にある）
給食の時間における学級訪問

## 5 11月の指導回数

16回
-----

## 6 その他

市内産農産物を使用したメニューを市内共通で実施、10～12月は市内産コシヒカリを使用している。
3年社会科において、給食で使用している市内産農産物についての授業を実施した。

# 千産千消デー実施報告書

学校名または共同調理場名

千葉市立本町小学校

## 1 献立

献立	
ごはん	
牛乳	
焼きのり	
いわしの更紗揚げ	
千葉のめぐみたっぷり豚汁	
キャベツのごま和え	
みかん	

## 2 地場産物を活用した料理のレシピ

(1) 料理名 キャベツのごま和え	(3) 作り方 ①キャベツ、こまつなは2cmのざく切り、にんじんは千切りにする。 ②和え衣は、おろししょうが、おろしにんにく、中華だし、砂糖、しょうゆ、ごま油を合わせて煮立たせる。 ③いりごま、すりごまを煎る。 ④キャベツ、もやし、こまつな、にんじんはボイルし、流水で冷ましてから保冷庫に入れる。 ⑤野菜と和え衣を和える。 ⑥③のごまを入れて、和えて仕上げる。
(2) 1人分の材料	
キャベツ 30g	しょうゆ 3.8g
もやし 15g	ごま油 0.6g
こまつな 15g	
にんじん 8g	
おろししょうが 0.05g	
おろしにんにく 0.05g	
いりごま 1g	
すりごま 1g	
中華だし 0.1g	
砂糖 0.9g	

## 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 いわし 豚肉 さつまいも キャベツ こまつな だいこん ねぎ 豆腐	86%

## 4 千産千消デーで実施した食に関する指導の概要

献立予定表に地場産物の記載
給食だよりに地場産物の記載
地場産物のクイズについて、給食一口メモの作成
給食の時間における学級訪問
給食委員会による地場産物についての校内放送

## 5 11月の指導回数

7回
----

## 6 その他

市内産農産物を使用したメニューを市内共通で実施している。
10月～12月は市内産コシヒカリを使用している。

# 千産千消デー実施報告書

学校名または共同調理場名

千葉市立寒川小学校

## 1 献立

献立	
ごはん	
牛乳	
焼きのり	
いわしのかばやき	
ちばのめぐみ豚汁	
野菜のカラフル和え	
みかん	

## 2 地場産物を活用した料理のレシピ

<p>(1) 料理名 いわしのかばやき</p> <p>(2) 1人分の材料</p> <table border="0"> <tr><td>いわし開き</td><td>40 g</td></tr> <tr><td>でんぶん</td><td>4.5 g</td></tr> <tr><td>大豆白絞油</td><td>3 g</td></tr> <tr><td>水</td><td>2 g</td></tr> <tr><td>しょうゆ</td><td>3 g</td></tr> <tr><td>みりん</td><td>1 g</td></tr> <tr><td>酒</td><td>1 g</td></tr> <tr><td>砂糖</td><td>2 g</td></tr> <tr><td>しょうが</td><td>0.5 g</td></tr> <tr><td>白いりごま</td><td>1 g</td></tr> </table>	いわし開き	40 g	でんぶん	4.5 g	大豆白絞油	3 g	水	2 g	しょうゆ	3 g	みりん	1 g	酒	1 g	砂糖	2 g	しょうが	0.5 g	白いりごま	1 g	<p>(3) 作り方</p> <p>①いわしにでんぶんをつけて、油で揚げる。</p> <p>②しょうが、調味料、ごまを加熱し、たれを作る。</p> <p>③揚げたいわしにたれをかける。</p>
いわし開き	40 g																				
でんぶん	4.5 g																				
大豆白絞油	3 g																				
水	2 g																				
しょうゆ	3 g																				
みりん	1 g																				
酒	1 g																				
砂糖	2 g																				
しょうが	0.5 g																				
白いりごま	1 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	のり	いわし	74%
豚肉	こまつな	にんじん	もやし	
だいこん	さといも	さつまいも		

## 4 千産千消デーで実施した食に関する指導の概要

給食の時間に、給食委員会が地場産物の活用について放送
給食の時間における学級訪問
給食室前に食材の産地を掲示
各クラスに給食一口メモでの地場産物の紹介

## 5 11月の指導回数

16回
-----

## 6 その他

市内産農産物を使用したメニューを市内共通で実施している。
10月～12月は市内産コシヒカリを使用している。

# 千産千消デー実施報告書

学校名または共同調理場名

千葉市立 登戸小学校

## 1 献立

献立	
ごはん キムタク丼の具 牛乳 ししゃものごまやき サラダ菜と豚肉のビーフソテー	

## 2 地場産物を活用した料理のレシピ

(1) 料理名 サラダ菜と豚肉のビーフソテー	(3) 作り方 ①釜に油を弱火で熱し、生姜を入れて香りを出す。 ②豚肉を炒める。 ③玉ねぎ、しいたけを炒める。 ④にんじんを加え炒める。 ⑤ビーフを加え、サラダ菜を炒める。 ⑥調味料を加え、味を整えて仕上げる。
(2) 1人分の材料 豚もも肉 12g オイスターソース 2g たまねぎ 15g ビーフン 8g 干しシイタケ 0.5g しょうが 1g サラダ菜 15g にんじん 8g しょうゆ 1.7g サラダ油 1g こしょう 0.01g	

## 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 しらたき 牛乳 豚肉 サラダ菜 もやし 人参	74%

## 4 千産千消デーで実施した食に関する指導の概要

校内放送の活用し、地産地消について説明（旬の食べ物は栄養が豊富にある。市内の産業が盛んになる。）
給食の時間における学級訪問

## 5 11月の指導回数

18回
-----

## 6 その他

市内産農産物を使用したメニューを市内共通で実施している。
10月～12月は市内産コシヒカリを使用している。

# 千産千消デー実施報告書

学校名または共同調理場名

千葉市立院内小学校

## 1 献立

献立	
ご飯 牛乳 いわしのかば焼き パンサンスー 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 パンサンスー	(3) 作り方 ①白ごまを炒る。 ②調味料を煮立たせて和え衣を作り、冷却する。 ③野菜を茹で、冷却する。 ④野菜、和え衣、ごまを和える。
(2) 1人分の材料 にんじん 5g きゅうり 10g キャベツ 25g マロニー 2g 冷凍むぎ枝豆 8g 穀物酢 1g しょうゆ 4.3g 砂糖 1g ごま油 1g 白いりごま 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 きゅうり 牛乳 キャベツ いわし ねぎ にんじん こまつな	77%

## 4 千産千消デーで実施した食に関する指導の概要

給食の時間における学級訪問で千産千消について説明。
千産千消についてのお知らせを作成し、各学級に配付。
給食だよりに実施報告を掲載。

## 5 11月の指導回数

19回
-----

## 6 その他

市内産農産物を使用したメニューを市内共通で実施している。
10月～12月は市内産コシヒカリを使用している。

# 千産千消デー実施報告書

学校名または共同調理場名

千葉市立蘇我小学校

## 1 献立

献立	
ごはん	
牛乳	
千葉県産焼き海苔	
小松菜と生揚げのそぼろ炒め	
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

(1) 料理名 小松菜と生揚げのそぼろ炒め	(3) 作り方
(2) 1人分の材料	①大豆はゆでてみじん切りにする。
小松菜 30g しょうゆ 4.5g	②にんじん、たけのこはいちょう3mmに切る。
にんじん 10g みりん 2g	③生揚げは油抜きして1.5cm角くらいに切る。
もやし 15g にんにく 0.8g	④小松菜は2cmに切り下茹でする。
たけのこ 8g 澱粉 0.6g	⑤釜を熱し、サラダ油を入れにんにくを加えて炒め豚ひき肉を加えて炒める。
生揚げ 50g 白ごま 1.2g	⑥肉に火が通ったらにんじん、たけのこ、しいたけを加えて炒める。
豚ひき肉 20g ごま油 0.5g	⑦大豆、生揚げを加えて炒める。
大豆 3g	⑧調味料を加える。
しいたけ 1g	⑨もやしを加えて火が通ったら小松菜を加え水溶き片栗粉でとろみをつける。
サラダ油 0.5g	⑩仕上げに白ごま、ごま油を加える。
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 牛乳 小松菜 豚肉 大根 焼き海苔	70%

## 4 千産千消デーで実施した食に関する指導の概要

千葉市で収穫した新鮮な小松菜を使用したメニューの産地やレシピの紹介
千葉県が海苔の産地として有名であり、フードアクション千葉のマークがつけられ消費拡大や知名度向上を図っていること

## 5 11月の指導回数

7回
----

## 6 その他

市内産農産物を使用したメニューを市内共通で実施している。
10月～12月は市内産コシヒカリを使用している。

# 千産千消デー実施報告書

学校名または共同調理場名

千葉市立都小学校

## 1 献立

献立	
ごはん のりの佃煮 牛乳 いわしフライににんじんタルタルソースがけ 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 いわしフライににんじんタルタルソースがけ	(3) 作り方 ①にんじんはゆでてすりおろし、たまねぎはみじん切りにしておく。 ②オリーブ油でにんじん、たまねぎを炒め、白ワインを入れる。 ③こげないように水を適宜加える。 ④マヨネーズを入れて、火を止める直前に酢を入れ、タルタルソースを仕上げる。 ⑤いわしを、小麦粉と水で作ったドロにつけて、パン粉をまぶして170°Cの油で揚げる。 ⑥揚げたいわしフライに、にんじんタルタルソースをかけて仕上げる。
(2) 1人分の材料 いわし 40g 水 0.5g 小麦粉 7g パン粉 10g 油 5g にんじん 8g たまねぎ 3g オリーブ油 0.5g マヨネーズ(卵なし) 4g 酢 1g 白ワイン 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 海苔 牛乳 いわし にんじん 豚肉 さつまいも だいこん こまつな 長ねぎ	80%

## 4 千産千消デーで実施した食に関する指導の概要

ICTを活用して当日のメニューの紹介をした。千葉県産や千葉市産の食材をクイズ形式で伝え、楽しみながら千葉の恵みについて伝えた。
給食中の教室訪問は、千葉県について学習している4年生の教室へ出向き、千葉県でよくとれる魚や農産物の学習の振り返りを行い、社会の学習とのつながりをもたせた。

## 5 11月の指導回数

12回
-----

## 6 その他

・市内産農産物を使用したメニューを市内共通で実施している。
・10月～12月は市内産コシヒカリを使用している。

# 千産千消デー実施報告書

学校名または共同調理場名

千葉市立大森小学校

## 1 献立

献立	
ごはん	
牛乳	
鰯のかば焼き	
さつま汁	
おひたし	
みかん	

## 2 地場産物を活用した料理のレシピ

(1) 料理名 鰯のかば焼き	(3) 作り方 1. ごまは炒る。調味料は煮立ててごまと混ぜ、たれを作る。 2. 鰯にでんぶんをつけ、揚げる。 3. 2の鰯を1のたれにくぐらせる。
(2) 1人分の材料	
鰯 開き 40 g	
でんぶん 5.9 g	
油 5 g	
白いりごま 0.36 g	
しょうが 0.7 g	
三温糖 3.2 g	
本みりん 1.2 g	
清酒 1.5 g	
しょうゆ 5 g	
水 1.8 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）
こめ こまつな 牛乳 鰯 だいこん	75%

## 4 千産千消デーで実施した食に関する指導の概要

全校に向けて、給食時の放送で地場産物の紹介をした。
また、給食時間に教室訪問を行い、千産千消、地場産物の説明をした。

## 5 11月の指導回数

17回
-----

## 6 その他

市内産農産物を使用したメニューを市内共通で実施している。
10月～12月は市内産コシヒカリを使用している。

# 千産千消デー実施報告書

学校名または共同調理場名

千葉市立生浜小学校

## 1 献立

献立	
ご飯	
牛乳	
いわしの蒲焼き	
すまし汁	
キャベツの中華ごま和え	
オレンジ	

## 2 地場産物を活用した料理のレシピ

<p>(1) 料理名 キャベツの中華ごま和え</p> <p>(2) 1人分の材料</p> <table border="0"> <tr> <td>キャベツ</td> <td>20 g</td> <td>しょうゆ</td> <td>3.1 g</td> </tr> <tr> <td>りょうとうもやし</td> <td>12 g</td> <td>砂糖</td> <td>0.75 g</td> </tr> <tr> <td>小松菜</td> <td>10 g</td> <td>中華だし</td> <td>0.1 g</td> </tr> <tr> <td>にんじん</td> <td>6 g</td> <td>ごま油</td> <td>0.45 g</td> </tr> <tr> <td>ぶなしめじ</td> <td>3 g</td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>長ねぎ</td> <td>1 g</td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>しょうが</td> <td>0.1 g</td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>にんにく</td> <td>0.1 g</td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>いりごま</td> <td>0.8 g</td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>すりごま</td> <td>1 g</td> <td></td> <td></td> </tr> </table>	キャベツ	20 g	しょうゆ	3.1 g	りょうとうもやし	12 g	砂糖	0.75 g	小松菜	10 g	中華だし	0.1 g	にんじん	6 g	ごま油	0.45 g	ぶなしめじ	3 g			長ねぎ	1 g			しょうが	0.1 g			にんにく	0.1 g			いりごま	0.8 g			すりごま	1 g			<p>(3) 作り方</p> <p>①ごまを煎る。</p> <p>②ごま油でねぎ、にんにく、しょうがを炒める。調味料を加え加熱し冷却。</p> <p>③野菜、きのこはそれぞれ茹でて冷却。</p> <p>④茹でた野菜を和え衣で和えて味を調える。</p> <p>⑤煎ったごまを加える。</p>
キャベツ	20 g	しょうゆ	3.1 g																																						
りょうとうもやし	12 g	砂糖	0.75 g																																						
小松菜	10 g	中華だし	0.1 g																																						
にんじん	6 g	ごま油	0.45 g																																						
ぶなしめじ	3 g																																								
長ねぎ	1 g																																								
しょうが	0.1 g																																								
にんにく	0.1 g																																								
いりごま	0.8 g																																								
すりごま	1 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 大根	72%

## 4 千産千消デーで実施した食に関する指導の概要

給食時間における学級訪問。
給食時間における校内放送で地産地消について説明。

## 5 11月の指導回数

15回
-----

## 6 その他

市内産農産物を使用したメニューを市内共通で実施、10月～12月は市内産コシヒカリを使用している。
体験活動として県内産のとうもろこしの皮むきをした。

# 千産千消デー実施報告書

学校名または共同調理場名

千葉市立鶴沢小学校

## 1 献立

献立	
ごはん 牛乳 二色そばろ みそけんちん汁 大学いも	

## 2 地場産物を活用した料理のレシピ

(1) 料理名 みそけんちん汁	(3) 作り方
(2) 1人分の材料	①さといも、だいこん、にんじんはいちょう切り、ねぎは小口切りにする。
鶏むね肉 10g 和風だし 0.2g	②こんにゃくは色紙切りしあく抜き、油揚げは油抜き、こまつなは2cmに切り下茹でする。
さといも 15g だし汁 90g	③だしをとる。
だいこん 15g 白みそ 8g	④サラダ油をひき、鶏肉を炒める。
にんじん 10g サラダ油 0.4g	⑤だいこん、にんじんを加える。
こんにゃく 8g	⑥だし汁を入れる。
豆腐 20g	⑦あくを取り、こんにゃく、油揚げを加える。
油揚げ 4g	⑧さといも、豆腐を加える。
ねぎ 5g	⑨野菜に火が通ったら、調味料を入れて味を調える。
こまつな 8g	⑩ねぎ、こまつなを加え仕上げる。
かつおだし 1.2g	

## 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 牛乳 卵 鶏肉 さといも こまつな だいこん にんじん	78%

## 4 千産千消デーで実施した食に関する指導の概要

給食の時間における教室訪問
給食の時間に給食委員会による地場産物についての放送
掲示物による千葉県産食材の紹介

## 5 11月の指導回数

10回
-----

## 6 その他

・市内産農産物を使用したメニューを市内共通で実施している。
・10月～12月は市内産コシヒカリを使用している。

# 千産千消デー実施報告書

学校名または共同調理場名

千葉市立松ヶ丘小学校

## 1 献立

献立	
ごはん 牛乳 中華旨煮 小松菜とひじきのカラフル和え みかん	

## 2 地場産物を活用した料理のレシピ

(1) 料理名 小松菜とひじきのカラフル和え	(3) 作り方 ①しょうがをすりおろし、しょうゆ、みりん、三温糖、和風だしを合わせ加熱して和えダレを作り冷ましておく。 ②ひじきは戻してゆでて冷ましておく。 ③こまつな、はくさい、もやし、えのきたけもそれぞれゆでて冷ましておく。 ④時間を見て野菜類を和える。 ⑤和えた野菜にたれをかけ和えてから配食する。
(2) 1人分の材料 芽ひじき 1.5 g 和風だし 0.1 g こまつな 15 g はくさい 15 g もやし 12 g にんじん 5 g えのきたけ 5 g しょうが 0.5 g しょうゆ 3 g 三温糖 0.4 g みりん 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）
米 牛乳 豚肉 キャベツ にんじん チンゲンサイ 芽ひじき こまつな	77%

## 4 千産千消デーで実施した食に関する指導の概要

給食の時間に、地場産物の活用について放送
給食の時間における学級訪問
給食だよりにて地場産物の活用について知らせる

## 5 11月の指導回数

12 回
------

## 6 その他

市内産農産物を使用したメニューを市内共通で実施している。また、メニューについての資料を作成して保護者に周知している。
10月～12月は市内産コシヒカリを使用している。

# 千産千消デー実施報告書

学校名または共同調理場名

千葉市立宮崎小学校

## 1 献立

献立	
ごはん	
牛乳	
麻婆豆腐	
さつまいもの天ぷら	
のりあえ	
りんご	

## 2 地場産物を活用した料理のレシピ

<p>(1) 料理名 のりあえ</p> <p>(2) 1人分の材料</p> <table border="0"> <tr><td>こまつな</td><td>30 g</td></tr> <tr><td>にんじん</td><td>4 g</td></tr> <tr><td>キャベツ</td><td>18 g</td></tr> <tr><td>もやし</td><td>18 g</td></tr> <tr><td>しょうゆ</td><td>3.8 g</td></tr> <tr><td>みりん</td><td>0.6 g</td></tr> <tr><td>きざみのり</td><td>0.6 g</td></tr> </table>	こまつな	30 g	にんじん	4 g	キャベツ	18 g	もやし	18 g	しょうゆ	3.8 g	みりん	0.6 g	きざみのり	0.6 g	<p>(3) 作り方</p> <p>①こまつなは2cm幅に切る。キャベツ、にんじんは千切りにする。</p> <p>②①、もやしをそれぞれゆでて、水で冷ます。</p> <p>③しょうゆ、みりんを合わせて加熱し、冷ます。</p> <p>④②、③を混ぜ合わせ、さらにのりを加え、和える。</p>
こまつな	30 g														
にんじん	4 g														
キャベツ	18 g														
もやし	18 g														
しょうゆ	3.8 g														
みりん	0.6 g														
きざみのり	0.6 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"> <tr> <td>米</td> <td>牛乳</td> <td>豚肉</td> <td>さつまいも</td> </tr> <tr> <td>こまつな</td> <td>キャベツ</td> <td>のり</td> <td></td> </tr> </table>	米	牛乳	豚肉	さつまいも	こまつな	キャベツ	のり		74%
米	牛乳	豚肉	さつまいも						
こまつな	キャベツ	のり							

## 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
ICTを活用した「千産千消デー」に関する指導資料の作成と各学級での指導
給食の時間における学級訪問

## 5 11月の指導回数

19回
-----

## 6 その他

市内産農産物を使用したメニューを市内共通で実施している。

# 千産千消デー実施報告書

学校名または共同調理場名

千葉市立川戸小学校

## 1 献立

献立	
ごはん 牛乳 いわしの蒲焼き ひじきとれんこんのシャキシャキ和え 呉汁 花みかん やきのり	

## 2 地場産物を活用した料理のレシピ

(1) 料理名 いわしの蒲焼き	(3) 作り方 ①いわしに酒をふり臭みを取り、米粉を付ける。 ②180度に加熱した油で4～5分揚げる。 ③蒲焼きたれの調味料は煮立たせる。 ④揚げたいわしにたれを絡める。
(2) 1人分の材料 いわしの開き 40g 清酒 1g 米粉 6g 大豆油 4g 砂糖 3g しょうゆ 3.5g みりん 2g おろし生姜 0.45g 清酒 2g 水 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 にんじん だいこん のり 牛乳 キャベツ さといも いわし れんこん こまつな	83%

## 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、地産地消についての説明
給食時間における学級訪問

## 5 11月の指導回数

12回
-----

## 6 その他

市内産農産物を使用したメニューを市内共通で実施している。
10月～12月は市内産コシヒカリを使用している。

# 千産千消デー実施報告書

学校名または共同調理場名

千葉市立星久喜小学校

## 1 献立

献立	
ごはん	
牛乳	
いわしのから揚げねぎソースかけ	
いも団子汁 キャベツと茎わかめの中華和え	

## 2 地場産物を活用した料理のレシピ

<p>(1) 料理名 いわしのから揚げねぎソースかけ</p> <p>(2) 1人分の材料</p> <table border="0"> <tr><td>いわし</td><td>40 g</td></tr> <tr><td>でんぷん</td><td>5 g</td></tr> <tr><td>油</td><td>4 g</td></tr> <tr><td>ねぎ</td><td>5 g</td></tr> <tr><td>しょうが</td><td>0.5 g</td></tr> <tr><td>にんにく</td><td>0.4 g</td></tr> <tr><td>三温糖</td><td>3 g</td></tr> <tr><td>醤油</td><td>3 g</td></tr> <tr><td>酢</td><td>3 g</td></tr> <tr><td>豆板醤</td><td>0.02 g</td></tr> </table>	いわし	40 g	でんぷん	5 g	油	4 g	ねぎ	5 g	しょうが	0.5 g	にんにく	0.4 g	三温糖	3 g	醤油	3 g	酢	3 g	豆板醤	0.02 g	<p>(3) 作り方</p> <p>①調味料、ねぎ、しょうが、にんにくを火にかけて煮立たせ、ねぎソースを作る。</p> <p>②いわしにでんぷんをつけ油で揚げる。</p> <p>③②のいわしに①のねぎソースをかける。</p>
いわし	40 g																				
でんぷん	5 g																				
油	4 g																				
ねぎ	5 g																				
しょうが	0.5 g																				
にんにく	0.4 g																				
三温糖	3 g																				
醤油	3 g																				
酢	3 g																				
豆板醤	0.02 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 style="text-align: center;">米</td> <td style="text-align: center;">牛乳</td> <td style="text-align: center;">いわし</td> <td style="text-align: center;">鶏肉</td> </tr> <tr> <td style="text-align: center;">キャベツ</td> <td style="text-align: center;">にんじん</td> <td style="text-align: center;">こまつな</td> <td style="text-align: center;">だいこん</td> </tr> </table>	米	牛乳	いわし	鶏肉	キャベツ	にんじん	こまつな	だいこん	77%
米	牛乳	いわし	鶏肉						
キャベツ	にんじん	こまつな	だいこん						

## 4 千産千消デーで実施した食に関する指導の概要

給食の時間における学級訪問
校内放送を活用し、千産千消について説明
市内産農産物を使用したメニューや食材の説明・資料の配付

## 5 11月の指導回数

12回
-----

## 6 その他

市内産農産物を使用したメニューを市内共通で実施している。
10月～12月は市内産コシヒカリを使用している。
保護者対象の給食試食会で千産千消について説明した。

# 千産千消デー実施報告書

学校名または共同調理場名

千葉市立弁天小学校

## 1 献立

献立	
ごはん	
牛乳	
さんまの甘露煮	
サラダ菜と豚肉のピーフンソテー	
きのこたっぷり汁	

## 2 地場産物を活用した料理のレシピ

<p>(1) 料理名 さんまの甘露煮</p> <p>(2) 1人分の材料</p> <p>さんま 40 g しょうが 1.5 g 長ねぎ 2 g 酢 6 g 三温糖 4 g しょうゆ 7.3 g 酒 0.9 g みりん 0.9 g 水 23 g</p>	<p>(3) 作り方</p> <p>①調味料、水を合わせて煮立たせる。 ②しょうが、ねぎ、さんまを入れる。 ③落とし蓋をし、弱火で1時間30分ほど骨が柔らかくなるように煮る。</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 こまつな	73%
牛乳	
さんま	
にんじん	
サラダ菜	

## 4 千産千消デーで実施した食に関する指導の概要

給食時間の放送で、地産地消やその日の市内産・県内産の食材について説明
給食の時間でのクラス訪問
給食室前の掲示板上に当日の地場産物が何かを知らせるホワイトボードがあり、全校児童が見られるようにしている

## 5 11月の指導回数

10回
-----

## 6 その他

市内産農産物を使用したメニューを市内共通で実施している。10月～12月は市内産コシヒカリを使用している。
10月～12月は市内産コシヒカリを使用している。

# 千産千消デー実施報告書

学校名または共同調理場名

千葉市立生浜西小学校

## 1 献立

献立	
麦ごはん 千葉県産焼きのり 牛乳 いわしのかば焼き 白玉汁 蒸かし芋	

## 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 (2) 1人分の材料 いわし(開き) 40g でん粉 6g 米粉 6g 揚げ油 3g しょうが 0.75g 砂糖 3g しょうゆ 4.5g 酒 1.5g みりん 1.5g 水 1.1g	(3) 作り方 ①でんぷん、米粉を混ぜて、いわしにまぶす。 ②油で揚げる。 ③しょうがのすりおろし、調味料、水を合わせて煮立て、たれを作る。 ④揚げたいわしに③のたれをかける。
---	--

## 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 いわし 米粉 にんじん 大根 小松菜 さつまいも 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

校内放送を活用し、地産地消について説明
給食の時間における学級訪問
千産千消デー献立の千葉県産食材クイズ
給食だよりや給食一口メモで地産地消について知らせる

## 5 11月の指導回数

18回
-----

## 6 その他

市内産農産物を使用したメニューを市内共通で実施している。
10～12月は市内産コシヒカリを使用している。

# 千産千消デー実施報告書

学校名または共同調理場名

千葉市立仁戸名小学校

## 1 献立

献立	
ごはん	
牛乳	
豚肉とキャベツの味噌炒め	
春雨和え	
千葉県産焼きのり みかん	

## 2 地場産物を活用した料理のレシピ

<p>(1) 料理名 豚肉とキャベツの味噌炒め</p> <p>(2) 1人分の材料</p> <table border="0"> <tr> <td>ごま油</td> <td>1g</td> <td>生揚げ</td> <td>30g</td> </tr> <tr> <td>にんにく</td> <td>1g</td> <td>三温糖</td> <td>0.5g</td> </tr> <tr> <td>しょうが</td> <td>1g</td> <td>醤油</td> <td>1g</td> </tr> <tr> <td>豆板醤</td> <td>0.1g</td> <td>赤味噌</td> <td>3.5g</td> </tr> <tr> <td>豚もも肉</td> <td>25g</td> <td>でんぷん</td> <td>0.5g</td> </tr> <tr> <td>豚ばら肉</td> <td>15g</td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>酒</td> <td>1.5g</td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>にんじん</td> <td>5g</td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>キャベツ</td> <td>40g</td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>ねぎ</td> <td>5g</td> <td></td> <td></td> </tr> </table>	ごま油	1g	生揚げ	30g	にんにく	1g	三温糖	0.5g	しょうが	1g	醤油	1g	豆板醤	0.1g	赤味噌	3.5g	豚もも肉	25g	でんぷん	0.5g	豚ばら肉	15g			酒	1.5g			にんじん	5g			キャベツ	40g			ねぎ	5g			<p>(3) 作り方</p> <p>①ごま油でおろしたにんにくとしょうがを炒め、香りを出す。</p> <p>②豚肉を加え炒め、酒をふる。</p> <p>③にんじん、キャベツを加え炒める。</p> <p>④厚揚げを加え、炒める。</p> <p>⑤調味料を加え味付けし、でんぷんでとろみをつける。</p> <p>⑥ねぎを加え、炒め合わせて完成。</p>
ごま油	1g	生揚げ	30g																																						
にんにく	1g	三温糖	0.5g																																						
しょうが	1g	醤油	1g																																						
豆板醤	0.1g	赤味噌	3.5g																																						
豚もも肉	25g	でんぷん	0.5g																																						
豚ばら肉	15g																																								
酒	1.5g																																								
にんじん	5g																																								
キャベツ	40g																																								
ねぎ	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）								
<table border="0"> <tr> <td>米</td> <td>牛乳</td> <td>焼きのり</td> <td>豚ばら肉</td> </tr> <tr> <td>豚もも肉</td> <td>こまつな</td> <td>ねぎ</td> <td>キャベツ</td> </tr> </table>	米	牛乳	焼きのり	豚ばら肉	豚もも肉	こまつな	ねぎ	キャベツ	89%
米	牛乳	焼きのり	豚ばら肉						
豚もも肉	こまつな	ねぎ	キャベツ						

## 4 千産千消デーで実施した食に関する指導の概要

・電子連絡版に、千葉県産を多く使用した給食の紹介や、調理の様子を写真とともに配信した。
・給食時間の教室巡回では、千葉県産の食材の紹介や、焼きのりの食べ方を主に低学年に指導した。

## 5 11月の指導回数

9回
----

## 6 その他

・千葉市内産農産物を使用したメニューを市内共通で実施している。
・10月～12月は市内産コシヒカリを使用している。

# 千産千消デー実施報告書

学校名または共同調理場名

千葉市立大蔵寺小学校

## 1 献立

献立	
ごはん 牛乳 のりのつくだ煮 いわしのかば焼き キャベツたっぷりごま豚汁	

## 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	(3) 作り方 ①調味料は合わせて加熱し、温度が上がってきたら水溶性片栗粉でとろみをつける。…たれ ②ごまは炒しておく。 ③いわしに衣をつけて、油で揚げる。 ④たれをからませて配缶する。 ⑤ごまをふる。
(2) 1人分の材料 いわし 50g ごま 1.25g でんぷん 3.5g 小麦粉 3.5g 油 4.5g しょうゆ 4g 三温糖 2.5g みりん 1.5g 酒 1.5g しょうが 0.2g でんぷん 0.25g	

## 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 豚肉 にんじん キャベツ ねぎ のり	88%

## 4 千産千消デーで実施した食に関する指導の概要

給食の時間の校内放送で、千葉県にちなんだ料理であることや、千葉県産の食材を多く使用していることを説明した。
教室を回り、子どもたちの様子を確認したり、声掛けをしたりした。

## 5 11月の指導回数

12回
-----

## 6 その他

市内産農産物を使用したメニューを市内共通で実施している。10月～12月は市内産コシヒカリを使用している。

# 千産千消デー実施報告書

学校名または共同調理場名

千葉市立生浜東小学校

## 1 献立

献立	
ごはん	
牛乳	
いわしの香味ソース	
キャベツとくきわかめの中華あえ	
ワンタンスープ	
りんご	

## 2 地場産物を活用した料理のレシピ

<p>(1) 料理名 いわしの香味ソース</p> <p>(2) 1人分の材料</p> <p>いわし 50g 根深ねぎ 1.5g 食塩 0.1g ジャがいもでん粉 0.1g こしょう 0.02g 水 2g 米粉 5g 大豆白絞油 4.5g しょうゆ 2.2g 三温糖 0.4g 穀物酢 0.6g おろししょうが 0.05g おろしにんにく 0.03g</p>	<p>(3) 作り方</p> <p>①いわしに、食塩・こしょうで下味をつける。 ②下味を付けたいわしに米粉をまぶして、180°Cの油で揚げる。 ③鍋で根深ねぎを炒め、調味料・水を加えて、香味ソースを作る。 ④揚げたいわしに香味ソースをかける。</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 牛乳 いわし キャベツ 小松菜 にんじん 米粉	74%

## 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の記載を行った。
・ 給食だよりに千産千消デー当日の給食の写真を掲載した。

## 5 11月の指導回数

10回
-----

## 6 その他

・ 市内産農産物を使用したメニューを市内共通で実施している。
・ 10～12月は市内産コシヒカリを使用している。