

千産千消デー実施報告書

学校名または共同調理場名

千葉市立稲毛第二小学校

1 献立

献立	
ごはん 牛乳 いわしの甘辛揚げ さつまいものみそ汁 ひじきとれんこんのしゃきしゃきあえ	

2 地場産物を活用した料理のレシピ

(1) 料理名 さつまいものみそ汁	(3) 作り方 ①だしをとる。 ②だし汁にいちょう切りにしただいこん、にんじんを加えて煮る。 ③厚めのいちょう切りにしたさつまいも、ほぐしたしめじを加え、煮崩れないように煮る。 ④さいの目に切った豆腐を加える。 ⑤みそを入れる。 ⑥小口切りにしたねぎ、2cmに切って下茹でしたこまつなを入れ、仕上げる。
(2) 1人分の材料 さつまいも 25g だいこん 20g にんじん 10g こまつな 10g ねぎ 5g しめじ 8g とうふ 20g 白みそ 5g 赤みそ 3g だし汁 90g	

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 さつまいも だいこん にんじん ねぎ とうふ	86%

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、児童が地場産物のよさについて放送。
給食だよりで、地産地消の取組や地場産物の紹介、レシピを掲載。
献立表で、使用予定の地場産物について紹介。
給食の時間の学級訪問。

5 11月の指導回数

9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

千葉市立幕張西小学校

1 献立

献立	
新米	
牛乳	
鰯の蒲焼	
野菜の豆乳汁 野菜のごまドレッシング和え	

2 地場産物を活用した料理のレシピ

<p>(1) 料理名 鰯の蒲焼</p> <p>(2) 1人分の材料</p> <p>いわし 40 g しょうが 0.5 g 清酒 2 g じゃがいもでん粉 6 g 大豆白絞油 4 g しょうゆ 3 g 三温糖 4 g 本みりん 0.56 g 水 3 g 白いりごま 0.8 g</p>	<p>(3) 作り方</p> <p>①しょうが、酒をあわせ、いわしにふっておく。 ②でんぶんをいわしにまぶす。 ③油でいわしを揚げる。 ④調味料を合わせてたれを作り、いわしにかける。 ⑤ごまをふる。</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 にんじん だいこん キャベツ こまつな	78%

4 千産千消デーで実施した食に関する指導の概要

給食の時間に巡回指導した。
給食だよりを発行した。
校内放送を活用した。
大型テレビで視聴できる給食ひとくちメモを作成した。

5 11月の指導回数

21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月から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

千葉市立幸町第三小学校

1 献立

献立	
ごはん 焼きのり 牛乳 いわしのかば焼きごまがらめ ちばっこ汁 にんじんのごまドレッシング和え	

2 地場産物を活用した料理のレシピ

(1) 料理名 いわしのかば焼きごまがらめ	(3) 作り方 ①調味料を合わせて、加熱してたれを作る。 ②ごまを炒る ③いわしに衣をつけて揚げる。 ④揚げたいわしにたれをかけ、ごまをふる。
(2) 1人分の材料	
いわし 開き 40 g 水 1 g	
じゃがいもでんぶん 2 g	
米粉 1 g	
揚げ油 3.6 g	
三温糖 1.5 g	
しょうゆ 2.8 g	
酒 0.8 g	
みりん 1.2 g	
白いりごま 1.2 g	
おろししょうが 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 にんじん 里芋 のり	90%
牛乳 こまつな マッシュルーム	
いわし かぶ キャベツ	
大根 ねぎ にんじん	

4 千産千消デーで実施した食に関する指導の概要

千産千消デー当日にタブレット端末を活用して、献立について説明した。
給食だよりにて紹介した。
給食時間における教室訪問で千葉県産の食材について知らせた。
校内放送で千産千消デーについて知らせた。

5 11月の指導回数

14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、今年は10月から12月は市内産の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

千葉市立高洲第三小学校

1 献立

献立	
麦ご飯 牛乳 千葉県産焼きのり いわしの蒲焼き すき焼き風煮 海藻のごまさっぱり和え りんご	

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粉をつけて、いわしを揚げる。 ②砂糖以外の調味料を合わせて加熱する。 ③煮立ったところに、砂糖を加えて溶かす。 ④砂糖が溶けたら、水溶性澱粉でとろみをつけてたれの完成。 ⑤いわしにたれをかける。
(2) 1人分の材料 いわし 40 g 水 3.56 g ジャガイもでん粉 5.56 g 米粉 0.52 g 大豆白絞油 1.6 g 三温糖 2.22 g しょうゆ 3.56 g 清酒 1.33 g 本みりん 1.33 g おろししょうが 0.27 g ジャガイもでん粉 0.27 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 こまつな だいこん にんじん キャベツ ねぎ のり 豚肉	73%

4 千産千消デーで実施した食に関する指導の概要

給食一口メモを校内放送で活用し、地産地消について説明した。
給食時間における学級訪問を行った。
予定献立表、給食だよりで、地産地消献立の記載をした。
児童の委員会活動で、給食一口メモを作成し地産地消や千葉県の特産物などについて紹介した。
授業で、給食の献立を紹介する際、地産地消にも触れ千葉県産の食材を紹介した。

5 11月の指導回数

8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

千葉市立高洲第四小学校

1 献立

献立	
ごはん	
牛乳	
いわしの更紗揚げ	
にんじんしりしり	
すいとん汁 千葉県産焼きのり	

2 地場産物を活用した料理のレシピ

<p>(1) 料理名 いわしの更紗揚げ</p> <p>(2) 1人分の材料</p> <p>いわし開き 40 g おろししょうが 0.6 g しょうゆ 1.5 g 酒 0.3 g カレー粉 0.8 g でん粉 5 g 米粉 3 g 大豆白絞油 3.5 g</p>	<p>(3) 作り方</p> <p>①しょうが・しょうゆ・カレー粉をあわせ、いわしに下味をつける ②でん粉と米粉をあわせ、いわしにまぶす ③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）
精白米 牛乳 いわし 人参 小松菜 米粉 白玉粉 焼きのり	77%

4 千産千消デーで実施した食に関する指導の概要

千葉県でとれる食材について、給食ひとくちメモを各クラスに配付した。
給食時間の校内放送で給食委員会児童が放送した。
クラスで掲示するもりつけ表に地場産物について表記した。
給食時間に各クラスを訪問した。

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

千葉市立真砂第五小学校

1 献立

献立	
ご飯	
牛乳	
いわしのから揚げねぎソースがけ	
秋の味覚汁	
おろしあえ 柿	

2 地場産物を活用した料理のレシピ

<p>(1) 料理名 秋の味覚汁</p> <p>(2) 1人分の材料</p> <table border="0"> <tr> <td>豚肉</td> <td>10g</td> <td>白みそ</td> <td>3g</td> </tr> <tr> <td>サラダ油</td> <td>1g</td> <td>赤みそ</td> <td>3g</td> </tr> <tr> <td>人参</td> <td>5g</td> <td>和風だし</td> <td>1g</td> </tr> <tr> <td>大根</td> <td>15g</td> <td>水</td> <td>90g</td> </tr> <tr> <td>豆腐</td> <td>9g</td> <td>すりごま</td> <td>1g</td> </tr> <tr> <td>さつまいも</td> <td>20g</td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>えのきたけ</td> <td>5g</td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>なめこ</td> <td>6g</td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>長ねぎ</td> <td>5g</td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>小松菜</td> <td>8g</td> <td></td> <td></td> </tr> </table>	豚肉	10g	白みそ	3g	サラダ油	1g	赤みそ	3g	人参	5g	和風だし	1g	大根	15g	水	90g	豆腐	9g	すりごま	1g	さつまいも	20g			えのきたけ	5g			なめこ	6g			長ねぎ	5g			小松菜	8g			<p>(3) 作り方</p> <p>①さつまいも、人参、大根はいちょう切りにする。小松菜はざく切りにする。ねぎは小口切りにする。</p> <p>②えのきたけは1/3にカットする。</p> <p>③鍋に油をしき、豚肉を加えて炒める。</p> <p>④大根、人参を加えて炒める。</p> <p>⑤水を入れて煮る。</p> <p>⑥あくを取り、豆腐、きのこ、さつまいもを加える。</p> <p>⑦味噌とだしを加える。</p> <p>⑧小松菜、ねぎを加えて味を調える。</p> <p>⑨仕上げにすりごまを加える。</p>
豚肉	10g	白みそ	3g																																						
サラダ油	1g	赤みそ	3g																																						
人参	5g	和風だし	1g																																						
大根	15g	水	90g																																						
豆腐	9g	すりごま	1g																																						
さつまいも	20g																																								
えのきたけ	5g																																								
なめこ	6g																																								
長ねぎ	5g																																								
小松菜	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）												
<table border="0"> <tr> <td>米</td> <td>牛乳</td> <td>いわし</td> <td>豚肉</td> </tr> <tr> <td>さつまいも</td> <td>豆腐</td> <td>人参</td> <td>大根</td> </tr> <tr> <td>小松菜</td> <td>長ねぎ</td> <td>キャベツ</td> <td></td> </tr> </table>	米	牛乳	いわし	豚肉	さつまいも	豆腐	人参	大根	小松菜	長ねぎ	キャベツ		74%
米	牛乳	いわし	豚肉										
さつまいも	豆腐	人参	大根										
小松菜	長ねぎ	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

献立表に地場産物について記載した。
11・12月の給食だよりに、地場産物について記載した。（地産地消の意味、メリット、千産千消献立の紹介等）
給食委員会による校内放送を実施した。（地産地消の意味、メリット、千産千消献立の紹介等）
給食の時間における学級訪問を行った。

5 11月の指導回数

12回

6 その他

市内産農作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。
7月に2年生のとうもろこしの皮むき体験で千葉県産のとうもろこしを使用し、当日の給食に提供した。

千産千消デー実施報告書

学校名または共同調理場名

千葉市立高浜第一小学校

1 献立

献立	
麦ごはん	
牛乳	
のりの佃煮	
いわしのかば焼き	
里芋のみそしる	
りんご	

2 地場産物を活用した料理のレシピ

<p>(1) 料理名 いわしのかば焼き</p> <p>(2) 1人分の材料</p> <p>いわし 50 g</p> <p>片栗粉 3 g</p> <p>小麦粉 1 g</p> <p>大豆油 2 g</p> <p>醤油 4 g</p> <p>砂糖 2.5 g</p> <p>みりん 1.5 g</p> <p>酒 1.5 g</p> <p>おろししょうが 0.2 g</p>	<p>(3) 作り方</p> <p>①調味料は合わせて加熱する。</p> <p>②調味料は合わせておく。</p> <p>③揚げたいわしをタレに絡めて配缶する。</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 小松菜 牛乳 にんじん いわし 海苔 里芋	75%

4 千産千消デーで実施した食に関する指導の概要

給食の時間の巡回訪問

5 11月の指導回数

4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

千葉市立稲浜小学校

1 献立

献立	
ごはん 牛乳 いわしのかばやき サラダ菜と豚肉のビーフンソテー ごま豚汁 みかん	

2 地場産物を活用した料理のレシピ

(1) 料理名 いわしのかばやき (2) 1人分の材料 いわし開き 50g 小麦粉 1.5g じゃがいもでん粉 4g 揚げ油 3.5g しょうゆ 4g 清酒 1g 砂糖 1g みりん 2g	(3) 作り方 ①しょうゆ、清酒、砂糖、みりんを釜に入れて加熱し、たれを作る。 ②いわしに小麦粉、でんぷんをつけて油で揚げる。 ③いわしにたれを絡めて仕上げる。
--	---

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	牛乳	いわし	豚肉	81%
サラダ菜	人参	小松菜	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

校内放送や電子連絡板を活用し、地産地消について説明
給食の時間における学級訪問

5 11月の指導回数

14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

千葉市立磯辺第三小学校

1 献立

献立	
ごはん 牛乳 いわしのかばやき さつま汁 小松菜のおひたし 焼きのり パナナ	

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調味料を煮溶かし、たれを作る。 ②いわしはでんぷんをつけて揚げる。 ③揚げたいわしにたれをかける。
(2) 1人分の材料 いわし 40 g じゃがいもでんぷん 2.4 g 揚げ油 2.4 g 砂糖 2.4 g しょうゆ 2 g 酒 0.8 g 本みりん 0.4 g 水 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）
米 牛乳 いわし 小松菜 にんじん さつまいも だいこん 焼きのり	77%

4 千産千消デーで実施した食に関する指導の概要

校内放送と給食一口メモで地産地消について説明
給食時間における教室訪問
献立表、給食だよりに地産地消についてを記載

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
10月～12月は市内産コシヒカリの使用

千産千消デー実施報告書

学校名または共同調理場名

千葉市立打瀬小学校

1 献立

献立	
ゆかりごはん 牛乳 すきやき風煮 大学いも みかん	

2 地場産物を活用した料理のレシピ

(1) 料理名 大学いも	(3) 作り方 ①さつまいもを乱切りにする。 ②黒いりごまは乾煎りする。 ③水あめ、しょうゆ、水を加熱し、たれを作る。 ④①のさつまいもを素揚げする。 ⑤④のさつまいもと②の黒いりごま、③のたれを混ぜる。
(2) 1人分の材料 さつまいも 60g 大豆白絞油 3.2g 水あめ 3.5g しょうゆ 0.35g 水 1g 黒いりごま 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 豚肉 にんじん 長ねぎ 春菊 さつまいも	76%

4 千産千消デーで実施した食に関する指導の概要

タブレット端末による一口メモの配信（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月～12月は市内産コシヒカリを使用している。
米の生産者による出張授業を実施した。

千産千消デー実施報告書

学校名または共同調理場名

千葉市立海浜打瀬小学校

1 献立

献立	
ごはん 牛乳 こまつなとじゃこのふりかけ かみなり豆腐 やきのり ココア豆	

2 地場産物を活用した料理のレシピ

(1) 料理名 こまつなとじゃこのふりかけ (2) 1人分の材料 こまつな 20g しらす 3g 鯉節(薄削り) 1g 白ごま 1.5g しょうゆ 1.2g みりん 2g ごま油 1g	(3) 作り方 ①こまつなは、みじん切りにしてからゆでて、水でさらして水分をよく切っておく。 ②しらすとごまは乾煎りしておく。 ③鯉節は乾煎りして、細かくほぐしておく。 ④ごま油を熱し、こまつなをよく炒める。 ⑤水分が引いてきたら、調味料を少しずつ加え味をつける。 ⑥鯉節、ごま、しらすを加え仕上げる。
---	---

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 牛乳 のり こまつな にんじん だいこん 大豆 豆腐	80%

4 千産千消デーで実施した食に関する指導の概要

タブレットを用いて、給食の食材や地場産物について紹介する短い動画を配信した。
給食の時間における学級訪問を行った。担任による、給食の時間の食に関する言葉かけも多く見られた。
ランチメモによる手紙を作成し、クラスに配付し、給食係が読み上げた。
朝ごはんの授業を、担任と栄養教諭で行った。

5 11月の指導回数

23回

6 その他

千葉市産農作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。
納品された食材の産地について、掲示板を用いて毎日周知している。

千産千消デー実施報告書

学校名または共同調理場名

千葉市立美浜打瀬小学校

1 献立

献立	
ごはん	
牛乳	
さばの味噌煮	
秋の味覚汁	
小松菜ときのこのあえもの りんご	

2 地場産物を活用した料理のレシピ

(1) 料理名 秋の味覚汁	(3) 作り方
(2) 1人分の材料	①釜に油を熱し、生姜を香りよく炒める。
豚肉 10g サラダ油 0.5g	②豚肉を炒める。
にんじん 10g 水 90g	③さがきしたごぼう、いちょう切りした人参、こんにゃくを炒める。
ねぎ 5g 生揚げ 15g	④だし汁を入れて沸騰させ、あくをとる。
だしパック 1g だいこん 15g	⑤いちょう切りした大根を入れる。
さつまいも 15g しょうが 0.5g	⑥いちょう切りした里芋、しめじを入れる。
さといも 10g しょうゆ 3g	⑦いちょう切りしたさつまいも、生揚げを入れる。
しめじ 8g 塩 0.3g	⑧調味料で味付けする。
こんにゃく 5g	⑨小口切りしたねぎを入れて、温度確認する。
酒 1g	
ごぼう 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）
こめ 牛乳 ねぎ だいこん さといも さつまいも にんじん 小松菜 豚肉	70%

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、地産地消を紹介した。
給食時間に学級訪問した。

5 11月の指導回数

5回

6 その他

10～12月まで千葉市産のコシヒカリを使用した。
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

千葉市立高洲小学校

1 献立

献立	
麦ごはん 牛乳 いわしのポテト焼き さつまい 小松菜のごまあえ みかん	

2 地場産物を活用した料理のレシピ

(1) 料理名	さつまい		(3) 作り方	
(2) 1人分の材料			①にんじん、だいこんは3mm厚さのいちよう切り、さつまいもは8mm厚さのいちよう切り、長ねぎは小口切りにする。	
鶏もも肉	10g	サラダ油	0.5g	②小松菜は2cm長さに切ってから、ゆでて水冷する。
だいこん	20g	水	90g	③水とだしパックを鍋に入れてだしをとる。
にんじん	5g			④油で鶏肉、にんじん、だいこんの順に炒め、だしを加えて煮る。
さつまいも	20g			⑤豆腐、さつまいもを入れて煮る。
小松菜	10g			⑥みそを溶かしながら入れ、長ねぎ、小松菜を入れる。
豆腐	20g			
長ねぎ	6g			
赤みそ	4g			
白みそ	4g			
だしパック	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 鶏肉 長ねぎ 牛乳 小松菜 いわし 大根 のり 人参	77%

4 千産千消デーで実施した食に関する指導の概要

・給食だよりに、地産地消について記載（地産地消の紹介）
・給食時間における学級訪問
・給食ひとくちメモにて、千葉県産の食材を紹介（放送でもアナウンス）

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

千葉市立真砂東小学校

1 献立

献立	
むぎごはん	
牛乳	
中華うま煮	
サラダ菜と豚肉のビーフンソテー	
あべかわいも	

2 地場産物を活用した料理のレシピ

<p>(1) 料理名 サラダ菜と豚肉のビーフンソテー</p> <p>(2) 1人分の材料</p> <table border="0"> <tr> <td>豚もも小間</td> <td>12 g</td> <td>油</td> <td>1 g</td> </tr> <tr> <td>干しいたけ</td> <td>0.5 g</td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>ビーフン</td> <td>8 g</td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>サラダ菜</td> <td>15 g</td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>にんじん</td> <td>8 g</td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>たまねぎ</td> <td>15 g</td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>しょうが</td> <td>1 g</td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>しょうゆ</td> <td>1.7 g</td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>オイスターソース</td> <td>2 g</td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>こしょう</td> <td>0.01 g</td> <td></td> <td></td> </tr> </table>	豚もも小間	12 g	油	1 g	干しいたけ	0.5 g			ビーフン	8 g			サラダ菜	15 g			にんじん	8 g			たまねぎ	15 g			しょうが	1 g			しょうゆ	1.7 g			オイスターソース	2 g			こしょう	0.01 g			<p>(3) 作り方</p> <p>①釜に油を弱火で熱し、しょうがを入れて香りを出す。</p> <p>②豚肉を炒める。</p> <p>③にんじん、たまねぎを加えてよく炒める。</p> <p>④しいたけを加えて炒める。</p> <p>⑤水気をよく切ったビーフンを加えて炒める。</p> <p>⑥オイスターソース、こしょうを入れ、味を確認しながらしょうゆを加減しながら加えていく。</p> <p>⑦しっかり水気を切ったサラダ菜を散らしながら加え、混ぜ合わせる。</p>
豚もも小間	12 g	油	1 g																																						
干しいたけ	0.5 g																																								
ビーフン	8 g																																								
サラダ菜	15 g																																								
にんじん	8 g																																								
たまねぎ	15 g																																								
しょうが	1 g																																								
しょうゆ	1.7 g																																								
オイスターソース	2 g																																								
こしょう	0.01 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	70%
牛乳	
にんじん	
こまつな	
サラダ菜	
うずら卵	
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

給食一口メモを出した。
給食だよりを出した。
電子掲示板で紹介した。

5 11月の指導回数

10回

6 その他

10月から12月まで千葉市内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

千葉市立真砂西小学校

1 献立

献立	
ごはん	
牛乳	
鶏肉とさつまいもの甘酢炒め	
豆腐とわかめのみそ汁	
手作りキャロットケーキ	
ちばのやきのり	

2 地場産物を活用した料理のレシピ

(1) 料理名 鶏肉とさつまいもの甘酢炒め	(3) 作り方
(2) 1人分の材料	①しょうが、しょうゆ、酒を合わせて鶏肉に下味をつける。
鶏肉 25g こまつな 9g	②①に片栗粉をまぶし、油で揚げる。
しょうが 0.3g しょうゆ 3g	③さつまいも、れんこんはそれぞれ素揚げする。
しょうゆ 1.5g 酢 1g	④にんじん、たまねぎをよく炒める。
酒 1g 上白糖 1.5g	⑤しょうゆ、酢、酒、砂糖、みりんを入れる。
片栗粉 5g みりん 2g	⑥こまつな、②、③を加えて炒める。
さつまいも 40g 白いりごま 1g	
れんこん 8g	
揚げ油 3g	
にんじん 10g	
たまねぎ 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）
米	86%
牛乳	
鶏肉	
のり	
さつまいも	
にんじん	
こまつな	
だいこん	
長ねぎ	
れんこん	

4 千産千消デーで実施した食に関する指導の概要

地産地消や地場産物について給食ひとくちメモを配付
校内放送を活用し、地産地消について説明
給食時間による教室訪問
市内産の農産物を活用したレシピを家庭に発行

5 11月の指導回数

14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

千葉市立高浜海浜小学校

1 献立

献立	
玄米菜飯 牛乳 てんぷら（ちくわ・さつまいも） キャベツたっぷりごま豚汁 焼きのり	

2 地場産物を活用した料理のレシピ

(1) 料理名 キャベツたっぷりごま豚汁	(3) 作り方 ①ごま油で豚肉を炒める。 ②にんじんを加えて炒め、だし汁を入れる。 ③じゃがいもを加える。 ④じゃがいもに6割火が通ったら、キャベツ、えのきたけ、油揚げを加える。 ⑤火が通ったら、溶いたみそを加える。 ⑥ねぎと下ゆでしたこまつな、ごまを加えてひと煮立ちさせる。
(2) 1人分の材料	
豚肉 10g 白いりごま 1g	
ごま油 0.4g 酒 1g	
キャベツ 30g 白みそ 3g	
じゃがいも 20g 赤みそ 5g	
にんじん 8g だしパック 1g	
えのきたけ 8g 水 95g	
油揚げ 5g	
長ねぎ 5g	
こまつな 8g	
白すりごま 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）
α化米 牛乳 さつまいも 豚肉 にんじん こまつな 焼きのり	70%

4 千産千消デーで実施した食に関する指導の概要

タブレット端末に給食一口メモを掲載し、地産地消や調理の様子を紹介
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

千葉市立磯辺小学校

1 献立

献立	
ごはん 牛乳 いわしのかば揚げ 豚汁 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 いわしのかば揚げ	(3) 作り方 ①しょうが、砂糖、しょうゆ、みりん、水を合わせて、たれを作り、ごまを炒る。 ②でん粉と米粉を混ぜておき、いわしにまぶす。 ③170度の油で揚げる。 ④揚げたいわしにたれとごまをかける。
(2) 1人分の材料 いわし開き 40g でん粉 4g 米粉 1g 大豆白絞油 3g しょうが 0.5g 砂糖 2g しょうゆ 3g みりん 1g 水 1.5g 白ごま 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 いわし 大根 ねぎ ほうれん草 にんじん	76%

4 千産千消デーで実施した食に関する指導の概要

給食だよりに地産地消について掲載
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
ICT機器を活用した一口メモの配信

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

千葉市立幸町小学校

1 献立

献立	
ごはん	
牛乳	
いわしのかばやき	
豆乳みそ汁 小松菜のごまマリネ	

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>50g</td> <td>みりん</td> <td>1g</td> </tr> <tr> <td>でんぶん</td> <td>4g</td> <td>水</td> <td>1.5g</td> </tr> <tr> <td>米粉</td> <td>1g</td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>サラダ油</td> <td>5g</td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>しょうゆ</td> <td>3g</td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>しょうが</td> <td>0.4g</td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>にんにく</td> <td>0.4g</td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>長ねぎ</td> <td>3g</td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>酒</td> <td>1.5g</td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>三温糖</td> <td>3g</td> <td></td> <td></td> </tr> </table>	いわし開き	50g	みりん	1g	でんぶん	4g	水	1.5g	米粉	1g			サラダ油	5g			しょうゆ	3g			しょうが	0.4g			にんにく	0.4g			長ねぎ	3g			酒	1.5g			三温糖	3g			<p>(3) 作り方</p> <p>①長ねぎはみじん切り、しょうが、にんにくはすりおろす。</p> <p>②調味料、しょうが、にんにく、長ねぎを合わせて煮立ててたれを作る。</p> <p>③でんぶん、米粉を合わせて、いわしにつけて油で揚げる。</p> <p>④いわしにたれをかける。</p>
いわし開き	50g	みりん	1g																																						
でんぶん	4g	水	1.5g																																						
米粉	1g																																								
サラダ油	5g																																								
しょうゆ	3g																																								
しょうが	0.4g																																								
にんにく	0.4g																																								
長ねぎ	3g																																								
酒	1.5g																																								
三温糖	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 牛乳 いわし 長ねぎ にんじん 大根 小松菜 ひじき	77%

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した。
給食一口メモを作成し、地場産物の紹介をした。
給食時に教室を訪問し、地場産物についての話をした。

5 11月の指導回数

9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

千葉市新港学校給食センター

1 献立

献立	
ごはん	
牛乳	
いわしの香味ソースかけ	
だいこんたっぷりごま豚汁	
にんじんドレッシングあえ	
焼きのり	

2 地場産物を活用した料理のレシピ

(1) 料理名 だいこんたっぷりごま豚汁	(3) 作り方 ①にんじんは5mmちょう、たまねぎは5mmスライス、だいこんは5mmちょう、さつまいもは1cmちょう、はくさいは1cm幅、豆腐は1cm角切りに切る。 ②こんにゃくは一口大に切って、あく抜きする。 ③油揚げは一口大に切って、油抜きする。みそ・ねりごまは10gの水で溶いておく。 ④半量のごま油で豚肉をいため、酒を入れる。 ⑤たまねぎ・だいこん・にんじんを加える。 ⑥水を入れ、沸騰したらあくをとる。 ⑦こんにゃく・油揚げ・豆腐・さつまいも、はくさいを加える。 ⑧和風だし・みそ・すりごま・ねりごま・だいこん葉を加え、残りのごま油で仕上げる。
(2) 1人分の材料	
豚もも肉 20g	ごま油 0.5g
だいこん 20g	清酒 1g
さつまいも 20g	和風だし 1g
にんじん 12g	赤みそ 3.5g
たまねぎ 10g	白みそ 4g
はくさい 10g	白すりごま 6g
豆腐 10g	ねりごま 2.5g
こんにゃく 7g	水 110g
油揚げ 6g	
だいこん葉 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 さつまいも こまつな いわし キャベツ だいこん 焼きのり	81%

4 千産千消デーで実施した食に関する指導の概要

・地産地消、当日の献立について説明してもらえるよう放送原稿を作成した。
・教室掲示用の資料で地産地消について説明した。
・給食だよりで地産地消や給食での地場産物の活用について紹介した。
・ICT機器を活用し、配膳資料に地場産物の産地を紹介した。

5 11月の指導回数

5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。
