

# 千産千消デー実施報告書

学校名または共同調理場名

千葉市立千城小学校

## 1 献立

献立	
麦ごはん 牛乳 豚キムチ炒め みぞれ汁 スイートポテト	

## 2 地場産物を活用した料理のレシピ

(1) 料理名	みぞれ汁		(3) 作り方
(2) 1人分の材料			①にんじん、さといもはいちょう切り、根深ねぎは小口切り、えのきたけは石突を落とし1/2に切る。
鶏肉	8 g	酒 1 g	②だいこんはおろす。豆腐はさいの目切り、こんにゃくは色紙切りにする。油揚げは短冊に切り、油抜きをする。
にんじん	12 g	和風だし 0.3 g	③だしパックと水でだし汁をとる。
だいこん	30 g	塩 0.5 g	④鶏肉をからいりし酒を入れ、だし汁を入れる。
えのきたけ	6 g	しょうゆ 4 g	⑤にんじん、さといもを入れ煮る。
さといも	20 g	みりん 1 g	⑥えのきたけ、こんにゃく、おろしただいこんを入れる。
根深ねぎ	8 g	片栗粉 0.8 g	⑦油揚げ、豆腐を入れる。
油揚げ	8 g	水 90 g	⑧和風だし、塩、しょうゆ、みりんを入れる。
豆腐	20 g		⑨水に溶いた片栗粉を入れ、とろみをつける。
こんにゃく	8 g		⑩根深ねぎを入れ仕上げる。
だしパック	2.5 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 さといも 牛乳 こまつな にんじん さつまいも だいこん 卵	79%

## 4 千産千消デーで実施した食に関する指導の概要

・給食の時間の食育指導
・掲示物（クイズ）の作成
・給食だよりへの記載

## 5 11月の指導回数

5回
----

## 6 その他

・市内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月はコン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

千葉市立若松小学校

## 1 献立

献立	
ごはん	
焼きのり	
牛乳	
いわしの蒲焼きごまがらめ	
もやしのナムル	
さつま汁	
バナナ	

## 2 地場産物を活用した料理のレシピ

<p>(1) 料理名 いわしの蒲焼きごまがらめ</p> <p>(2) 1人分の材料</p> <table border="0"> <tr><td>いわし 開き</td><td>45 g</td></tr> <tr><td>でん粉</td><td>6 g</td></tr> <tr><td>油</td><td>4 g</td></tr> <tr><td>砂糖</td><td>2.5 g</td></tr> <tr><td>酒</td><td>0.6 g</td></tr> <tr><td>みりん</td><td>0.6 g</td></tr> <tr><td>しょうゆ</td><td>2.5 g</td></tr> <tr><td>いりごま</td><td>0.5 g</td></tr> </table>	いわし 開き	45 g	でん粉	6 g	油	4 g	砂糖	2.5 g	酒	0.6 g	みりん	0.6 g	しょうゆ	2.5 g	いりごま	0.5 g	<p>(3) 作り方</p> <p>①ごまは炒り、調味料でたれをつくる。</p> <p>②いわしにでん粉をつけて、油で揚げる。</p> <p>③②のいわしに①のたれとごまをかける。</p>
いわし 開き	45 g																
でん粉	6 g																
油	4 g																
砂糖	2.5 g																
酒	0.6 g																
みりん	0.6 g																
しょうゆ	2.5 g																
いりごま	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" style="width: 100%;"> <tr> <td style="text-align: center;">米</td> <td style="text-align: center;">のり</td> <td style="text-align: center;">牛乳</td> <td style="text-align: center;">いわし</td> </tr> <tr> <td style="text-align: center;">こまつな</td> <td style="text-align: center;">だいこん</td> <td style="text-align: center;">にんじん</td> <td style="text-align: center;">もやし</td> </tr> <tr> <td style="text-align: center;">鶏肉</td> <td style="text-align: center;">さつまいも</td> <td></td> <td></td> </tr> </table>	米	のり	牛乳	いわし	こまつな	だいこん	にんじん	もやし	鶏肉	さつまいも			89%
米	のり	牛乳	いわし										
こまつな	だいこん	にんじん	もやし										
鶏肉	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

給食委員会の児童による給食メモの放送
給食だよりに地産地消のよさについて記載した。

## 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

千葉市立坂月小学校

## 1 献立

献立	
ごはん	
牛乳	
肉じゃが	
小松菜の中華あえ	
千葉県産焼きのり	
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 小松菜の中華あえ</p> <p>(2) 1人分の材料</p> <p>小松菜 20 g もやし 30 g にんじん 10 g 長ねぎ 1 g しょうが 0.3 g しょうゆ 3.6 g 酢 1.8 g 砂糖 1 g ごま油 1 g 白いりごま 1.2 g</p>	<p>(3) 作り方</p> <p>①ごまを煎る。 ②小松菜は3cm幅、にんじんは千切り、長ねぎとしょうがは、みじん切りに切る。 ③ごま油と長ねぎ、しょうがを炒める。 ④③に調味料を加えて煮立て、冷却する。 ⑤小松菜、にんじん、もやしはそれぞれ茹でて、水冷する。 ⑥⑤と④、ごまも加えてよく混ぜ合わせて味を調える。</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 もやし 豚肉 長ねぎ 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、地産地消について説明（旬の食べ物は栄養が豊富にある・一番おいしい時期）
給食の時間における学級訪問
5年生社会科「これからの食料生産とわたしたち」でTTによる授業
タブレット端末の電子連絡版を使用し、地場産物の紹介

## 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

千葉市立白井小学校

## 1 献立

献立	
ごはん	
牛乳	
いわしのかば焼き	
小松菜ときのこの和え物	
さつまいものみそ汁	
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 いわしのかば焼き</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>酒</td><td>2 g</td></tr> <tr><td>でんぷん</td><td>4 g</td></tr> <tr><td>揚げ油</td><td>5 g</td></tr> <tr><td>しょうゆ</td><td>3.5 g</td></tr> <tr><td>砂糖</td><td>3 g</td></tr> <tr><td>みりん</td><td>2 g</td></tr> <tr><td>酒</td><td>2 g</td></tr> <tr><td>生姜</td><td>0.5 g</td></tr> <tr><td>水</td><td>2 g</td></tr> </table>	いわし	40 g	酒	2 g	でんぷん	4 g	揚げ油	5 g	しょうゆ	3.5 g	砂糖	3 g	みりん	2 g	酒	2 g	生姜	0.5 g	水	2 g	<p>(3) 作り方</p> <p>①いわしに酒で下味をつける。</p> <p>②たれの材料は沸かしておく。</p> <p>③①のいわしにでんぷんをまぶし、油で揚げる。</p> <p>④揚げたいわしをたれに浸して、配食する。</p>
いわし	40 g																				
酒	2 g																				
でんぷん	4 g																				
揚げ油	5 g																				
しょうゆ	3.5 g																				
砂糖	3 g																				
みりん	2 g																				
酒	2 g																				
生姜	0.5 g																				
水	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 小松菜 牛乳 さつまいも いわし のり にんじん	77%

## 4 千産千消デーで実施した食に関する指導の概要

タブレット上で掲示板を作成し、地場産物の紹介や地産地消について掲載
タブレットのスライドを使用した食材産地クイズの実施
校内放送を活用し、千産千消について説明
給食の時間における学級訪問

## 5 11月の指導回数

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

千葉市立大宮小学校

## 1 献立

献立	
ごはん	
牛乳	
いわしのかば焼き風	
ごま和え	
千葉けんちん汁	
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 千葉けんちん汁</p> <p>(2) 1人分の材料</p> <table border="0"> <tr> <td>豚肉</td> <td>10g</td> <td>食塩</td> <td>0.4g</td> </tr> <tr> <td>里芋</td> <td>20g</td> <td>だしパック</td> <td>2g</td> </tr> <tr> <td>こまつな</td> <td>10g</td> <td>水</td> <td>110g</td> </tr> <tr> <td>だいこん</td> <td>20g</td> <td>サラダ油</td> <td>0.8g</td> </tr> <tr> <td>にんじん</td> <td>10g</td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>ねぎ</td> <td>10g</td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>豆腐</td> <td>20g</td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>こんにゃく</td> <td>10g</td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>しょうゆ</td> <td>3g</td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>みりん</td> <td>0.4g</td> <td></td> <td></td> </tr> </table>	豚肉	10g	食塩	0.4g	里芋	20g	だしパック	2g	こまつな	10g	水	110g	だいこん	20g	サラダ油	0.8g	にんじん	10g			ねぎ	10g			豆腐	20g			こんにゃく	10g			しょうゆ	3g			みりん	0.4g			<p>(3) 作り方</p> <p>①釜に油を熱し、豚肉を酒と一緒に炒める。</p> <p>②だいこん、にんじん、こんにゃくを炒める。</p> <p>③だし汁をいれる。</p> <p>④下ゆでした里芋、豆腐を加える。</p> <p>⑤調味料を加える。</p> <p>⑥こまつな、ねぎを加え、中心温度を確認する。</p>
豚肉	10g	食塩	0.4g																																						
里芋	20g	だしパック	2g																																						
こまつな	10g	水	110g																																						
だいこん	20g	サラダ油	0.8g																																						
にんじん	10g																																								
ねぎ	10g																																								
豆腐	20g																																								
こんにゃく	10g																																								
しょうゆ	3g																																								
みりん	0.4g																																								

## 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）												
<table border="0"> <tr> <td>こめ</td> <td>牛乳</td> <td>いわし</td> <td>豚肉</td> </tr> <tr> <td>里芋</td> <td>こまつな</td> <td>だいこん</td> <td>にんじん</td> </tr> <tr> <td>キャベツ</td> <td>のり</td> <td></td> <td></td> </tr> </table>	こめ	牛乳	いわし	豚肉	里芋	こまつな	だいこん	にんじん	キャベツ	のり			82%
こめ	牛乳	いわし	豚肉										
里芋	こまつな	だいこん	にんじん										
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

毎週水曜日のオンライン配信による「給食チャンネル」を活用し、地産地消について説明（千葉市や千葉県産の産物）した。
給食の時間における学級訪問
担任に目的を周知し、各クラスで指導してもらったようにした。

## 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

千葉市立小倉小学校

## 1 献立

献立	
麦ごはん 牛乳 いわしのかば揚げ こまつなと生揚げのそぼろいため 磯香和え 焼きのり	

## 2 地場産物を活用した料理のレシピ

(1) 料理名 いわしのかば揚げ (2) 1人分の材料 いわし 40g でんぶん 7g 大豆白絞油 3g しょうゆ 3g 砂糖 2g 酒 2.5g 本みりん 1.8g 白いりごま 1.2g	(3) 作り方 ① ごまは炒る。 ② 調味料を合わせ煮立て、たれを作る。 ③ いわしにでんぶんをまぶし、油で揚げる。 ④ 揚げたいわしにたれをかけ、上からごまを振る。
--	---

## 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 こまつな にんじん もやし	73%

## 4 千産千消デーで実施した食に関する指導の概要

給食時間に給食委員会が地場産物の活用について放送を行った。
給食だよりを発行して、周知を行った。
給食時間に学級を訪問し、千葉県産の食材が多く使用されていることを伝えた。
献立表へ記載した。

## 5 11月の指導回数

13回
-----

## 6 その他

市内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。
千葉市産キャベツを使用し、生産者の出張授業を行った。

# 千産千消デー実施報告書

学校名または共同調理場名

千葉市立桜木小学校

## 1 献立

献立	
ごはん 焼きのり 牛乳 いわしのカレー焼き 小松菜と生揚げのそぼろ炒め さつま汁	

## 2 地場産物を活用した料理のレシピ

(1) 料理名 いわしのカレー焼き (2) 1人分の材料 いわし切り身 40g しょうゆ 5g 清酒 1g カレー粉 0.2g しょうが 0.3g	(3) 作り方 ①生姜はおろす。 ②しょうゆ、清酒、カレー粉、おろししょうがを混ぜ合わせる。 ③いわしの切り身を漬け込む。 ④鉄板にいわしの切り身を並べ、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 豚肉 焼きのり いわし 牛乳 だいこん 小松菜 豆腐	75%

## 4 千産千消デーで実施した食に関する指導の概要

・給食だよりを発行した。
・校内放送を活用した。
・給食時間に教室訪問した。

## 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

千葉市立北貝塚小学校

## 1 献立

献立	
ごはん 牛乳 納豆 いわしのかば焼き キャベツたっぷりごま豚汁 あべかわいも	

## 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小麦粉とでんぷんを合わせ、いわしにしっかりつけて170度の油で揚げる。 ②調味料とすり下ろしたしょうがを煮立たせる。中火でしょうがの辛さと酸味が飛ぶようにしばらく煮る。 ③揚げたいわしに②のたれをからめて、配食する。
(2) 1人分の材料 いわし開き 35g 水 2.3g 小麦粉 0.8g でんぷん 1.8g 大豆白絞油 3.5g しょうゆ 2.7g 三温糖 2g 清酒 0.8g 本みりん 1g 穀物酢 0.09g しょうが 0.3g	

## 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 納豆 いわし 豚肉 キャベツ こまつな ながねぎ さつまいも	91%

## 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
事前に教職員に目的を周知し、各クラスで指導してもらうように連絡
地場産物資料の学級配布

## 5 11月の指導回数

12回
-----

## 6 その他

外部講師による千葉県のいわしについて授業を行った。（4年生）
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

千葉市立千城台東小学校

## 1 献立

献立	
白飯 牛乳 豚肉のくわ焼き ごま豆乳スープ にんたましりしり	

## 2 地場産物を活用した料理のレシピ

(1) 料理名 にんたましりしり	(3) 作り方 ①鶏卵を溶き、釜で炒り卵を作る。釜から取り出しておく。 ②釜に油をひいて、玉ねぎを炒める。 ③調味料を加えて炒める。 ④塩抜きをした茎わかめを入れて炒める。 ⑤①の卵を入れて、味を調える。
(2) 1人分の材料 にんじん 30 g 鶏卵 12 g 玉ねぎ 15 g 茎わかめ 3 g サラダ油 0.2 g 砂糖 0.5 g しょうゆ 0.5 g 塩 0.1 g 和風だし 0.1 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 豚肉 ねぎ にんじん キャベツ 鶏卵 チンゲン菜	84%

## 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した。
給食の時間に学級を訪問した。

## 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

千葉市立みつわ台北小学校

## 1 献立

献立	
ごはん	
牛乳	
焼きのり	
いわしの唐揚げ	
さつま汁 ごま和え	

## 2 地場産物を活用した料理のレシピ

<p>(1) 料理名 いわしの唐揚げ</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>しょうが</td><td>1 g</td></tr> <tr><td>しょうゆ</td><td>2.5 g</td></tr> <tr><td>酒</td><td>1 g</td></tr> <tr><td>みりん</td><td>1.5 g</td></tr> <tr><td>でん粉</td><td>5 g</td></tr> <tr><td>米粉</td><td>2.5 g</td></tr> <tr><td>大豆白絞油</td><td>4 g</td></tr> </table>	いわし開き	40 g	しょうが	1 g	しょうゆ	2.5 g	酒	1 g	みりん	1.5 g	でん粉	5 g	米粉	2.5 g	大豆白絞油	4 g	<p>(3) 作り方</p> <p>①調味料を合わせて、いわしに下味をつける。</p> <p>②でん粉と米粉を混ぜておき、いわしにまぶす。</p> <p>③180度の油で揚げる。</p>
いわし開き	40 g																
しょうが	1 g																
しょうゆ	2.5 g																
酒	1 g																
みりん	1.5 g																
でん粉	5 g																
米粉	2.5 g																
大豆白絞油	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）
米	牛乳	のり	いわし	86%
豚肉	だいこん	さつまいも	にんじん	
こまつな	もやし	ねぎ		

## 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
給食だよりの発行

## 5 11月の指導回数

6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

千葉市立みつわ台南小学校

## 1 献立

献立	
ごはん	
牛乳	
手作りかつおふりかけ	
あじの唐揚げ	
三種の芋のみそ汁	
小松菜のチャプチェ	
オレンジ	

## 2 地場産物を活用した料理のレシピ

(1) 料理名 三種の芋のみそ汁	(3) 作り方 ①鰹節と水で、だしをとる。 ②サラダ油で豚肉を炒める。 ③にんじん・だいこん・こんにゃくを炒める。 ④じゃが芋・里芋を炒める。 ⑤だしを加え、油揚げ・さつま芋を入れる。 ⑥白みそ・長ねぎ・白ごまを加えて、仕上げる。
(2) 1人分の材料	
豚肉 10g 白みそ 7g	
にんじん 5g 鰹節 1.5g	
だいこん 8g 水 90g	
油揚げ 3.5g サラダ油 0.5g	
さつま芋 20g	
里芋 20g	
じゃが芋 20g	
こんにゃく 10g	
長ねぎ 5g	
白ごま 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 牛乳 豚肉 さつま芋 里芋 にんじん だいこん ねぎ 小松菜	70%

## 4 千産千消デーで実施した食に関する指導の概要

給食スライドを活用し、千葉市産の食材の紹介
給食の時間における学級訪問

## 5 11月の指導回数

13回
-----

## 6 その他

①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。
②10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

千葉市立若松台小学校

## 1 献立

献立	
ごはん	
牛乳	
いわしのかば焼き	
なめこ汁 豚肉とさつまいものきんぴら	

## 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(開き) 40g          じゃがいも澱粉 7g          揚げ油 2.1g          しょうゆ 4.2g          清酒 0.8g          三温糖 1g          本みりん 1.8g          じゃがいも澱粉 0.2g          水 5g          白いりごま 1.5g</p>	<p>(3) 作り方</p> <p>※揚げ油を準備しておく</p> <p>①調味料を煮立てて、蒲焼のたれを作る。白ごまは炒しておく。(温度確認)</p> <p>②いわしに澱粉の衣をつけて揚げる。(温度確認)</p> <p>③パットにいわしを数え入れ、上から蒲焼のたれをかける。</p> <p>④さらに上から白ごまをふりかけて仕上げる。</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 牛乳 いわし さともしも にんじん 根深ねぎ 豚肉 豆腐 さつまいも	81%

## 4 千産千消デーで実施した食に関する指導の概要

校内放送で、地産地消(千産千消)について説明
給食時間における学級訪問
給食室前の掲示コーナーで、千葉県産の食材を写真にて紹介

## 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。
学校の畑で全校児童が栽培をしたさつまいもを、12月の給食に取り入れる。

# 千産千消デー実施報告書

学校名または共同調理場名

千葉市立都賀の台小学校

## 1 献立

献立	
ごはん 牛乳 いわしの揚げ煮 のり和え 根菜の豆乳汁	

## 2 地場産物を活用した料理のレシピ

(1) 料理名 のり和え	(3) 作り方 ①調味料を合わせて煮たてる。 ②①の粗熱をとって、冷蔵庫へ入れる。 ③野菜をたっぷりの湯で茹でる。 ④茹でた野菜を水冷する。 ⑤水けをきる。 ⑥茹でた野菜と②のたれを和える。 ⑦刻みのりを加えて和える。
(2) 1人分の材料 キャベツ 20 g 小松菜 15 g にんじん 10 g もやし 10 g みりん 1.5 g 和風だし 0.2 g しょうゆ 3 g 刻みのり 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）
米 いわし さといも 牛乳 人参 れんこん のり 小松菜 大根 鶏むね肉 キャベツ	72%

## 4 千産千消デーで実施した食に関する指導の概要

給食の時間に巡回指導をした。
給食だよりで一口メモを掲載した。
校内放送で紹介した。

## 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

千葉市立源小学校

## 1 献立

献立	
麦ごはん 牛乳 いわしの甘辛揚げ にんじんと切干大根のピリ辛炒め なめことねぎのみそ汁 みかん	

## 2 地場産物を活用した料理のレシピ

(1) 料理名 いわしの甘辛揚げ (2) 1人分の材料 いわし 開き 40 g しょうが 0.3 g 酒 1.8 g でん粉 3.6 g 小麦粉 0.3 g 油 4 g しょうゆ 4 g 三温糖 2.9 g みりん 1.8 g 水 9.5 g	(3) 作り方 ①いわしに酒としょうがで下味をつける。 ②しょうゆ、三温糖、酒、みりん、水を合わせて加熱し、たれをつくる。 ③でん粉と小麦粉を混ぜた衣を①につけて170°Cで揚げる。 ④揚げた③を②のたれにくぐらせる。
---	---

## 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 牛乳 大根 いわし にんじん	71%

## 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。
給食時間に学級で閲覧できる資料の配信。

## 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、10月～12月は市内産コシヒカリを使用している。
本市の地場産物であるキャベツや小松菜を使った料理を給食で提供し、レシピ等資料を配付。
10月より市内産の新米を給食で提供し、学級訪問時に児童に伝えたり、給食だよりで家庭に伝えたりした。

# 千産千消デー実施報告書

学校名または共同調理場名

千葉市立千城台わかば小学校

## 1 献立

献立	
ごはん	
千葉県産やきのり	
牛乳	
鶏肉のピリ辛揚げ	
かきたま汁	
もやしのナムル	
みかん	

## 2 地場産物を活用した料理のレシピ

<p>(1) 料理名 鶏肉のピリ辛揚げ</p> <p>(2) 1人分の材料</p> <p>鶏肉 50g (たれ) 水 4g</p> <p>(下味) しょうゆ 0.8g</p> <p>(下味) にんにく 0.4g</p> <p>でんぶん 5g</p> <p>大豆白絞油 5g</p> <p>(たれ) コチジャン 0.35g</p> <p>(たれ) 上白糖 2.8g</p> <p>(たれ) しょうゆ 3g</p> <p>(たれ) 酒 1g</p> <p>(たれ) みりん 1g</p>	<p>(3) 作り方</p> <p>①にんにくはすりおろす。鶏肉に下味をつける。</p> <p>②①にでんぶんをつけて、油で揚げる。</p> <p>③調味料を合わせて煮て、たれを作る。</p> <p>④②に③のたれをかける。</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                      やきのり                      牛乳                      鶏肉 にんじん                      もやし                      きゅうり	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とお話
給食だよりの活用
献立表への記載
校内放送の活用
タブレット端末で撮影した動画をクラスで視聴した

## 5 11月の指導回数

16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

千葉市立千城台みらい小学校

## 1 献立

献立	
ごはん	
千葉県産焼きのり	
牛乳	
いわしのごまみそ焼き	
さつま汁	
こまつなのおひたし	
みかん	

## 2 地場産物を活用した料理のレシピ

<p>(1) 料理名 さつま汁</p> <p>(2) 1人分の材料</p> <table border="0"> <tr><td>豚肉</td><td>10 g</td></tr> <tr><td>豆腐</td><td>20 g</td></tr> <tr><td>だいこん</td><td>7 g</td></tr> <tr><td>にんじん</td><td>7 g</td></tr> <tr><td>さつまいも</td><td>20 g</td></tr> <tr><td>根深ねぎ</td><td>5 g</td></tr> <tr><td>白みそ</td><td>4 g</td></tr> <tr><td>赤みそ</td><td>4 g</td></tr> <tr><td>だしパック</td><td>1.5 g</td></tr> <tr><td>水</td><td>100 g</td></tr> </table>	豚肉	10 g	豆腐	20 g	だいこん	7 g	にんじん	7 g	さつまいも	20 g	根深ねぎ	5 g	白みそ	4 g	赤みそ	4 g	だしパック	1.5 g	水	100 g	<p>(3) 作り方</p> <p>①にんじん、さつまいも、だいこんをいちょう切りにする。 根深ねぎは小口切りにする。</p> <p>②だし汁をとる。</p> <p>③豚肉を入れる。</p> <p>④にんじん、だいこんを入れる。</p> <p>⑤あくをとり、豆腐を入れる。</p> <p>⑥さつまいもを入れる。</p> <p>⑦調味料を入れて、味をととのえる。</p> <p>⑧根深ねぎを入れ、仕上げる。</p>
豚肉	10 g																				
豆腐	20 g																				
だいこん	7 g																				
にんじん	7 g																				
さつまいも	20 g																				
根深ねぎ	5 g																				
白みそ	4 g																				
赤みそ	4 g																				
だしパック	1.5 g																				
水	100 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	のり	牛乳	豚肉	88%
だいこん	にんじん	さつまいも	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

・給食だよりへの掲載
・給食時間に地産地消についての放送
・献立表で使用予定の地場産物について紹介

## 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

千葉市大宮学校給食センター

## 1 献立

献立	
ごはん 牛乳 いわしのレモン風味揚げ キャベツたっぷりごま豚汁 しょうがあえ 焼きのり	

## 2 地場産物を活用した料理のレシピ

(1) 料理名 いわしのレモン風味揚げ	(3) 作り方 ①しょうゆ・三温糖・レモン果汁・水を加熱して、たれを作る。 ②いわしのでん粉付きを油で揚げる。 ③揚げたいわしにたれをかける。
(2) 1人分の材料 いわしのでん粉付き 40g 大豆白絞油 4g しょうゆ 3.6g 三温糖 2.4g レモン果汁 1.8g 水 0.6g	

## 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 焼きのり	80%
牛乳 キャベツ	
いわし 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

クラス掲示用資料の配付（地産地消について説明）
校内放送の活用（食料自給率、地産地消、千葉市産新米コシヒカリ、地産地消にちなんだ献立の説明）

## 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している。
10月～12月は市内産コシヒカリを使用している。
給食写真の掲載（タブレット端末を活用し、毎日の給食写真を掲載し、地場産物を紹介）

# 千産千消デー実施報告書

学校名または共同調理場名

千葉市立養護学校

## 1 献立

献立	
麦ごはん 牛乳 焼きのり いわしのから揚げねぎソースかけ 小松菜のごまあえ 野菜の豆乳汁 みかん	

## 2 地場産物を活用した料理のレシピ

(1) 料理名 野菜の豆乳汁	(3) 作り方 ①生揚げは油抜き、だいこん、にんじん、じゃがいもはいちょう切り、ごぼうはささがき、きゃべつは短冊切りにする。 ②釜に水をいれ、だいこん、にんじん、ごぼうを煮る。 ③じゃがいもを加えて煮る。 ④生揚げ、キャベツを入れる。 ⑤野菜が煮えたら、みそ、豆乳を加える。 ⑥小松菜を加えて仕上げる。
(2) 1人分の材料	
だいこん 20 g 水 100 g	
ごぼう 12 g	
生揚げ 18 g	
にんじん 15 g	
こまつな 8 g	
キャベツ 15 g	
じゃがいも 24 g	
白みそ 8.5 g	
和風だし 1 g	
無調整豆乳 15 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 牛乳 焼きのり いわし 小松菜 だいこん	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など）
市内共通で使用したメニューについての資料をクラスに配付

## 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している。
10月～12月は市内産コシヒカリを使用している。
校内で農産物（ピーマンやトマト、きゅうり、小松菜や白菜、じゃがいも、しいたけなど）を栽培して販売している。