


千産千消デー実施報告書

学校名または共同調理場名

千葉市立椎名小学校

1 献立

献立	
ごはん 牛乳 いわしの更紗揚げ 千葉にんじんの豆乳汁 ふかしさつまバター 千葉の焼きのり	

2 地場産物を活用した料理のレシピ

(1) 料理名 ふかしさつまバター (2) 1人分の材料 さつまいも 60g バター 4g グラニュー糖 4g	(3) 作り方 ①さつまいもを角切りに切り、水にさらした後、水気を切っておく。 ②バターを加熱し、砂糖を加えて溶かす。 ③②をさつまいもにまぶす。 ④③のさつまいもを蒸す。
--	--

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 牛乳 キャベツ いわし ほうれんそう にんじん のり	76%

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した。
給食の時間に学級訪問をして、タブレット端末を活用して、千産千消について話をした。
献立表に千産千消デーについて記載し、保護者に配付した。

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

千葉市立誉田小学校

1 献立

献立	
ごはん	
牛乳	
焼肉	
卵の花炒め	
さつま汁	
焼きのり バナナ	

2 地場産物を活用した料理のレシピ

<p>(1) 料理名 卵の花炒め</p> <p>(2) 1人分の材料</p> <table border="0"> <tr> <td>おから</td> <td>20 g</td> <td>サラダ油</td> <td>0.5 g</td> </tr> <tr> <td>あさり水煮</td> <td>5 g</td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>にんじん</td> <td>5 g</td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>つきこんにゃく</td> <td>10 g</td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>油揚げ</td> <td>2 g</td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>三温糖</td> <td>1.5 g</td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>しょうゆ</td> <td>3.5 g</td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>和風だし</td> <td>0.5 g</td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>水</td> <td>10 g</td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>酒</td> <td>1 g</td> <td></td> <td></td> </tr> </table>	おから	20 g	サラダ油	0.5 g	あさり水煮	5 g			にんじん	5 g			つきこんにゃく	10 g			油揚げ	2 g			三温糖	1.5 g			しょうゆ	3.5 g			和風だし	0.5 g			水	10 g			酒	1 g			<p>(3) 作り方</p> <p>①おからは蒸しておく。あさは酒に漬けておく。</p> <p>②釜に油をしき、にんじんがやわらかくなるまでよく炒める。</p> <p>③こんにゃくを加えて炒める。</p> <p>④分量の水を加えて調味料を入れ、味をととのえる。</p> <p>⑤あさり、油揚げ、蒸したおからを入れて少し煮る。</p> <p>⑥味と温度を確認して仕上げる。</p>
おから	20 g	サラダ油	0.5 g																																						
あさり水煮	5 g																																								
にんじん	5 g																																								
つきこんにゃく	10 g																																								
油揚げ	2 g																																								
三温糖	1.5 g																																								
しょうゆ	3.5 g																																								
和風だし	0.5 g																																								
水	10 g																																								
酒	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）												
<table border="0" style="width: 100%;"> <tr> <td>米</td> <td>牛乳</td> <td>豚肉</td> <td>おから</td> </tr> <tr> <td>にんじん</td> <td>油揚げ</td> <td>さつまいも</td> <td>こまつな</td> </tr> <tr> <td>長ねぎ</td> <td>豆腐</td> <td>のり</td> <td></td> </tr> </table>	米	牛乳	豚肉	おから	にんじん	油揚げ	さつまいも	こまつな	長ねぎ	豆腐	のり		80%
米	牛乳	豚肉	おから										
にんじん	油揚げ	さつまいも	こまつな										
長ねぎ	豆腐	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
掲示物の作成
給食一口メモの活用
給食の時間における学級訪問

5 11月の指導回数

10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

千葉市立平山小学校

1 献立

献立	
ごはん	
牛乳	
さばのみそ煮	
大豆の時雨煮	
小松菜のおひたし	
りんご	

2 地場産物を活用した料理のレシピ

<p>(1) 料理名 さばのみそ煮</p> <p>(2) 1人分の材料</p> <table border="0"> <tr><td>さば</td><td>40 g</td></tr> <tr><td>長ねぎ</td><td>6 g</td></tr> <tr><td>しょうが</td><td>1.7 g</td></tr> <tr><td>白すりごま</td><td>0.5 g</td></tr> <tr><td>赤みそ</td><td>8 g</td></tr> <tr><td>酒</td><td>2.5 g</td></tr> <tr><td>本みりん</td><td>2.5 g</td></tr> <tr><td>砂糖</td><td>5 g</td></tr> <tr><td>水</td><td>30 g</td></tr> </table>	さば	40 g	長ねぎ	6 g	しょうが	1.7 g	白すりごま	0.5 g	赤みそ	8 g	酒	2.5 g	本みりん	2.5 g	砂糖	5 g	水	30 g	<p>(3) 作り方</p> <p>①薬味用の長ねぎは3 cm切り、しょうがは薄切りにする。</p> <p>②調味料と①を合わせて煮立たせ、皮を上にしたさばを入れる。</p> <p>③オープンペーパーで落とし蓋をして、さらに蓋をして煮る。</p> <p>④底が焦げないように、たまに揺らして味を染み込ませる。</p>
さば	40 g																		
長ねぎ	6 g																		
しょうが	1.7 g																		
白すりごま	0.5 g																		
赤みそ	8 g																		
酒	2.5 g																		
本みりん	2.5 g																		
砂糖	5 g																		
水	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 牛乳 さば 小松菜 長ねぎ	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）
給食の時間における学級訪問

5 11月の指導回数

12回

6 その他

校内放送を活用し、地産地消の紹介している。
献立表を活用し、地産地消の紹介している。
給食試食会を通して、保護者への地産地消の取り組みを紹介した。

千産千消デー実施報告書

学校名または共同調理場名

千葉市立土気小学校

1 献立

献立	
ご飯 牛乳 鰯のかば焼き さつまいもと小松菜の味噌汁 磯の香和え みかん	

2 地場産物を活用した料理のレシピ

(1) 料理名 鰯のかば焼き	(3) 作り方 ①しょうがはすりおろす。 ②①のしょうが、三温糖、みりん、清酒、しょうゆ、白いりごま、水を入れ、煮立たせたれをつくる。 ③いわしにでんぷんをつけ、油で揚げる。 ④③に②のたれをからめる。
(2) 1人分の材料 いわし 40 g でんぷん 5 g 大豆白絞油 5 g 白いりごま 0.36 g しょうが 0.7 g 三温糖 3.2 g 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）
米 こまつな 牛乳 だいこん いわし ねぎ さつまいも	90%

4 千産千消デーで実施した食に関する指導の概要

給食時間の昼の放送時に、地産地消の説明をする。
給食時間の教室訪問時に、食材の産地のクイズと地産地消の説明をする。
職員の打ち合わせの際に、千産千消デーの取組について共通理解を図る。

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

千葉市立誉田東小学校

1 献立

献立	
ごはん 牛乳 いわしの甘露煮 野菜のごま和え さつま汁 焼きのり 花みかん	

2 地場産物を活用した料理のレシピ

(1) 料理名 野菜のごま和え	(3) 作り方 ①キャベツは1.5cmの短冊切り、こまつなは1.5cmのざく切り、にんじんは千切りに切った後、ゆでて冷却する。 ②白ごまを炒り、冷却する。 ③調味料は合わせて加熱し、冷却する。 ④野菜、白ごま、調味料を加えて混ぜる。
(2) 1人分の材料 キャベツ 25 g こまつな 20 g にんじん 10 g 白すりごま 3 g 三温糖 1 g しょうゆ 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 大根 豚肉 牛乳 こまつな 焼きのり 長ねぎ キャベツ にんじん いわし	80%

4 千産千消デーで実施した食に関する指導の概要

校内放送を活用し、地産地消についての説明や旬の食材には栄養が豊富にあること、本日使用している千葉県内産の食材の紹介をした。 給食時間における学級訪問を行った。

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

千葉市立大木戸小学校

1 献立

献立	
ごはん	
牛乳	
鯖のレモンソース	
豚汁 柿	

2 地場産物を活用した料理のレシピ

<p>(1) 料理名 鯖のレモンソース</p> <p>(2) 1人分の材料</p> <table border="0"> <tr><td>まさば</td><td>45 g</td></tr> <tr><td>酒</td><td>1 g</td></tr> <tr><td>おろし生姜</td><td>0.3 g</td></tr> <tr><td>でんぶん</td><td>3 g</td></tr> <tr><td>大豆白絞油</td><td>3.5 g</td></tr> <tr><td>三温糖</td><td>5 g</td></tr> <tr><td>みりん</td><td>1 g</td></tr> <tr><td>しょうゆ</td><td>5 g</td></tr> <tr><td>酒</td><td>1 g</td></tr> <tr><td>レモン果汁</td><td>1 g</td></tr> </table>	まさば	45 g	酒	1 g	おろし生姜	0.3 g	でんぶん	3 g	大豆白絞油	3.5 g	三温糖	5 g	みりん	1 g	しょうゆ	5 g	酒	1 g	レモン果汁	1 g	<p>(3) 作り方</p> <p>①鯖に酒とおろし生姜で下味をつけておく。</p> <p>②①の鯖にでんぶんをまぶし油で揚げる。</p> <p>③調味料を合わせ加熱してレモンソースをつくる。(レモン汁は最後に加える。)</p> <p>④②の鯖をバットに配缶し、上からレモンソースをかける。</p>
まさば	45 g																				
酒	1 g																				
おろし生姜	0.3 g																				
でんぶん	3 g																				
大豆白絞油	3.5 g																				
三温糖	5 g																				
みりん	1 g																				
しょうゆ	5 g																				
酒	1 g																				
レモン果汁	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 小松菜	74%
牛乳 大根	
鯖 長ねぎ	
豚肉	

4 千産千消デーで実施した食に関する指導の概要

給食だよりでの千産千消の説明
給食時に校内放送を利用して千産千消の説明
給食時における学級訪問（鯖の実物大の写真を貼ったポスターを見せながらの食育指導など）

5 11月の指導回数

18回

6 その他

千産千消デー実施報告書

学校名または共同調理場名

千葉市立越智小学校

1 献立

献立	
ごはん	
牛乳	
豚肉と生揚げの煮物	
ひじきと白菜の和え物	
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 豚肉と生揚げの煮物</p> <p>(2) 1人分の材料</p> <table border="0"> <tr> <td>豚肉</td> <td>15g</td> <td>みりん</td> <td>1g</td> </tr> <tr> <td>生揚げ</td> <td>15g</td> <td>しょうゆ</td> <td>5.5g</td> </tr> <tr> <td>にんじん</td> <td>10g</td> <td>さとう</td> <td>2.2g</td> </tr> <tr> <td>大根</td> <td>60g</td> <td>和風だし</td> <td>0.2g</td> </tr> <tr> <td>しらたき</td> <td>15g</td> <td>サラダ油</td> <td>1g</td> </tr> <tr> <td>さつま揚げ</td> <td>8g</td> <td>水</td> <td>30g</td> </tr> <tr> <td>さといも</td> <td>15g</td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>いんげん</td> <td>6g</td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>干しいたけ</td> <td>0.6g</td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>酒</td> <td>1g</td> <td></td> <td></td> </tr> </table>	豚肉	15g	みりん	1g	生揚げ	15g	しょうゆ	5.5g	にんじん	10g	さとう	2.2g	大根	60g	和風だし	0.2g	しらたき	15g	サラダ油	1g	さつま揚げ	8g	水	30g	さといも	15g			いんげん	6g			干しいたけ	0.6g			酒	1g			<p>(3) 作り方</p> <p>①生揚げは厚めのスライス切り、にんじん、大根はいちょう切りにする。</p> <p>②しらたき、大根、里芋、いんげんを下ゆです。</p> <p>③釜に油を温め、豚肉を酒と一緒に炒める。</p> <p>④にんじん、しらたき、干しいたけを炒める。</p> <p>⑤大根、水を入れる。</p> <p>⑥さつま揚げ、里芋、生揚げを入れる。</p> <p>⑦調味料を入れる。</p> <p>⑧ゆでたいんげんを入れて仕上げる。</p>
豚肉	15g	みりん	1g																																						
生揚げ	15g	しょうゆ	5.5g																																						
にんじん	10g	さとう	2.2g																																						
大根	60g	和風だし	0.2g																																						
しらたき	15g	サラダ油	1g																																						
さつま揚げ	8g	水	30g																																						
さといも	15g																																								
いんげん	6g																																								
干しいたけ	0.6g																																								
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 豚肉 さといも 大根 にんじん	64%

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・給食メモの活用
献立表への記載
掲示物の作成
校内放送の活用
給食の時間における学級訪問

5 11月の指導回数

11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

千葉市立泉谷小学校

1 献立

献立	
ごはん 牛乳 いわしのカリカリフライごまソースがけ 大根と豚肉のやわらか煮 千葉県の焼きのり	

2 地場産物を活用した料理のレシピ

(1) 料理名 大根と豚肉のやわらか煮	(3) 作り方 ①だいこんは1.5cmちょう切り、里芋は一口大の乱切りにする。 ②にんじんは1cmちょう切り、こまつなは2cmに切る。 ③里芋、だいこん、こまつな、こんにゃくをそれぞれ下茹でする。 ④釜に油をしき、豚肉を炒める。酒をふる。 ⑤こんにゃく、にんじんを加えて炒める。 ⑥だいこんを加え、三温糖、しょうゆ、みりん、水を加え、煮る。 ⑦里芋を加えてさらに煮る。 ⑧全体が柔らかく煮えたら、水溶きでん粉でとろみをつける。 ⑨こまつなを散らして仕上げる。
(2) 1人分の材料 だいこん 65g みりん 2g 豚もも肉 10g 酒 1g 豚バラ肉 10g でん粉 0.5g 里芋 30g 水 25g にんじん 13g こんにゃく 15g こまつな 5g 米サラダ油 0.3g 三温糖 2.5g しょうゆ 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）
ごはん 牛乳 いわし だいこん にんじん こまつな ぶたにく 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

給食だよりに千産千消デーについて掲載
給食一口メモを活用し、各クラスで担任から話ができるよう資料を配付
給食委員会児童による給食一口メモの放送
「今日の千葉県・千葉市産」の掲示コーナーを作り、千産千消デーで使用した千葉県・千葉市産の食材を紹介
給食の時間の学級訪問

5 11月の指導回数

18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

千葉市立土気南小学校

1 献立

献立	
わかめごまご飯 牛乳 さばの味噌煮 白菜のおろし和え りんご	

2 地場産物を活用した料理のレシピ

(1) 料理名 さばの味噌煮	(3) 作り方 ①釜に、スライスしたしょうがと調味料と水を入れ煮立てる。 ②さばの切り身を入れ煮る。 ③煮立ったら落し蓋をして弱火で煮込む。
(2) 1人分の材料 さば 40 g しょうが 2 g 赤味噌 3.5 g 三温糖 4 g しょうゆ 2 g 酒 1 g 本みりん 1 g 水 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 牛乳 さば こまつな 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

給食時間に放送を活用し、地場産物について説明を行う
資料を家庭に配付した

5 11月の指導回数

12回

6 その他

千葉県在来種の大豆を3年生の児童とともに種まきから収穫まで行った
さつまいもの栽培、大根の栽培、にんじんの栽培なども児童とともに種まきから収穫まで体験を行い、自校の給食にも活用している

千産千消デー実施報告書

学校名または共同調理場名

千葉市立小谷小学校

1 献立

献立	
ごはん 牛乳 さばの竜揚げ 野菜ののり和え 根菜ごま汁 りんご	

2 地場産物を活用した料理のレシピ

(1) 料理名 野菜ののり和え	(3) 作り方 ①こまつなは2cm長さ、にんじんは千切り、キャベツは短冊切りにする。 ②調味料を合わせて加熱し、冷却する。 ③野菜をそれぞれゆでて水冷し、保冷庫で保管する。 ④野菜、調味料、きざみのりを和える。
(2) 1人分の材料 こまつな 10g もやし 15g にんじん 7g キャベツ 20g きざみのり 0.54g しょうゆ 2.4g 砂糖 1.2g 和風だし 0.7g	

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 キャベツ こまつな だいこん にんじん ほうれんそう のり 鶏肉 さば	72%

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のメリットや給食に使用されている地場産物の説明をした。
給食で使用されている地場産物について一口メモを配付した。
給食だよりに地産地消について記載した。
給食室の掲示板上に地場産物について掲示した。

5 11月の指導回数

13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

千葉市立大椎小学校

1 献立

献立	
ごはん 牛乳 大豆の時雨煮 高野豆腐の卵とじ さっぱり和え さつまいも蒸しパン	

2 地場産物を活用した料理のレシピ

(1) 料理名 高野豆腐の卵とじ	(3) 作り方 ①高野豆腐は水で戻して絞る。干し椎茸は戻してスライスする。にんじんは千切り、たまねぎは短冊切り、じゃがいもは1.5cm角切りにする。 ②鶏むね肉は酒で炒る（油を使ってもよい）。 ③にんじん、たまねぎ、干し椎茸を入れる。 ④水を入れて、じゃがいもを入れ煮る。ホールコーンを入れる。 ⑤調味料を入れて煮る。 ⑥高野豆腐を入れて煮る。 ⑦鶏卵は割卵して、直前に溶きほぐして回し入れる。蓋をして蒸らす。 ⑧さやいんげんを入れて仕上げる。
(2) 1人分の材料 鶏卵 15g 酒 1.1g 高野豆腐 6g 本みりん 1.1g にんじん 10g 三温糖 0.6g たまねぎ 20g 和風だし 1.5g じゃがいも 35g 水 25g 干し椎茸 0.8g 鶏むね肉 8g さやいんげん 8g ホールコーン 15g 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 牛乳 鶏卵 豚肉 大豆 きゅうり さつまいも	73%

4 千産千消デーで実施した食に関する指導の概要

校内放送を活用して、千葉県産の食材について説明した。（地元でとれた旬の食材の特徴や栄養について）
給食の時間の学級訪問を実施した。
給食の時間に、タブレット端末で今日の給食を写真と説明を記入して、教室のテレビ画面に表示した。

5 11月の指導回数

12回

6 その他

千葉市でとれる地場産物のにんじんを給食に取り入れ、6月の食育の日、10月の市民の日に合わせて、特別メニューを提供した。
千葉市でとれる地場産物のさつまいもを取り入れた献立を、10月に提供した。
千葉市内コシヒカリの新米を、10月～1月まで提供する。

千産千消デー実施報告書

学校名または共同調理場名

千葉市立有吉小学校

1 献立

献立	
ごはん	
牛乳	
ちくわのり天ぷら	
豚肉と大根のやわらか煮	
ごま和え みかん	

2 地場産物を活用した料理のレシピ

<p>(1) 料理名 豚肉と大根のやわらか煮</p> <p>(2) 1人分の材料</p> <table border="0"> <tr> <td>豚肉</td> <td>20 g</td> <td>三温糖</td> <td>2 g</td> </tr> <tr> <td>にんじん</td> <td>15 g</td> <td>しょうゆ</td> <td>4 g</td> </tr> <tr> <td>だいこん</td> <td>60 g</td> <td>サラダ油</td> <td>0.2 g</td> </tr> <tr> <td>しょうが</td> <td>0.2 g</td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>ながねぎ</td> <td>3 g</td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>こまつな</td> <td>10 g</td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>こんにゃく</td> <td>25 g</td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>うずら卵</td> <td>20 g</td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>酒</td> <td>1 g</td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>みりん</td> <td>2 g</td> <td></td> <td></td> </tr> </table>	豚肉	20 g	三温糖	2 g	にんじん	15 g	しょうゆ	4 g	だいこん	60 g	サラダ油	0.2 g	しょうが	0.2 g			ながねぎ	3 g			こまつな	10 g			こんにゃく	25 g			うずら卵	20 g			酒	1 g			みりん	2 g			<p>(3) 作り方</p> <p>①にんじんは1cm厚めに切る。だいこんは厚めの1cm厚めに切る。しょうがはおろす。ながねぎはみじん切りにする。こまつなは1cmの長さに切る。</p> <p>②だいこん、こまつなは、あく抜きのためゆでる。</p> <p>③こんにゃくは一口大にちぎり、あく抜きのためゆでる。</p> <p>④釜にサラダ油をひき、しょうが、ながねぎを入れて炒め、香りを出す。</p> <p>⑤豚肉を入れて炒め、酒をふる。</p> <p>⑥にんじんを入れてさらに炒める。</p> <p>⑦こんにゃく、だいこんを入れて炒める。</p> <p>⑧三温糖、しょうゆ、みりんを入れて煮込む。</p> <p>⑨うずら卵を入れ、水分がなくなるまでさらに煮込む。</p> <p>⑩具材に味がしみたら、こまつなを入れて仕上げる。</p>
豚肉	20 g	三温糖	2 g																																						
にんじん	15 g	しょうゆ	4 g																																						
だいこん	60 g	サラダ油	0.2 g																																						
しょうが	0.2 g																																								
ながねぎ	3 g																																								
こまつな	10 g																																								
こんにゃく	25 g																																								
うずら卵	20 g																																								
酒	1 g																																								
みりん	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 牛乳 のり ぶたにく にんじん だいこん こまつな うずら卵 キャベツ	64%

4 千産千消デーで実施した食に関する指導の概要

・予定献立表に掲載「ちさんちしょうこんだて」
・給食の時間における給食委員会による校内放送
・給食ひとくちメモの配付

5 11月の指導回数

20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

千葉市立金沢小学校

1 献立

献立	
ごはん 牛乳 いわしのごまフライ 海苔和え さつま汁 花みかん	

2 地場産物を活用した料理のレシピ

(1) 料理名 いわしのごまフライ	(3) 作り方 ①いわしは、酒とこしょうで下味を付けておく。 ②小麦粉と水を合わせておく。 ③パン粉と白ごまを合わせておく。 ④いわしに②を付け、③をまぶす。 ⑤180℃の油で揚げる。 ⑥中濃ソースを加熱し、揚げたいわしにかける。
(2) 1人分の材料 いわし 40g 酒 2g こしょう 0.02g 小麦粉 5g 水 7g パン粉 8g 白いりごま 2g 大豆油 4g 中濃ソース 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）
米 こまつな さつまいも 牛乳 海苔 長ねぎ いわし 豚肉 豆腐 にんじん 大根	77%

4 千産千消デーで実施した食に関する指導の概要

給食だよりに当日使用する千葉県産の食材と地産地消の良さを掲載した。
献立表に千産千消デーとして地場産物を使用した献立を実施することを記載した。
給食時間の校内放送で、使用した地場産物の紹介と地産地消の良さを説明した。
各クラスに一口メモを配付した。
給食時間に学級訪問をし、地産地消について説明した。

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

千葉市立あすみが丘小学校

1 献立

献立	
ごはん	
牛乳	
鶏唐揚げ	
具だくさんの味噌汁	
もやし中華あえ 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 具だくさんの味噌汁</p> <p>(2) 1人分の材料</p> <table border="0"> <tr> <td>じゃがいも</td> <td>20 g</td> <td>水</td> <td>90 g</td> </tr> <tr> <td>にんじん</td> <td>10 g</td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>こまつな</td> <td>5 g</td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>大根</td> <td>20 g</td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>長ねぎ</td> <td>6 g</td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>こんにゃく</td> <td>10 g</td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>赤みそ</td> <td>4.5 g</td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>白みそ</td> <td>4 g</td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>けずり節</td> <td>1 g</td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>煮干し</td> <td>2 g</td> <td></td> <td></td> </tr> </table>	じゃがいも	20 g	水	90 g	にんじん	10 g			こまつな	5 g			大根	20 g			長ねぎ	6 g			こんにゃく	10 g			赤みそ	4.5 g			白みそ	4 g			けずり節	1 g			煮干し	2 g			<p>(3) 作り方</p> <ol style="list-style-type: none"> ①けずり節と煮干しでだしをとる。 ②にんじん、大根、じゃがいもはいちょう切りに切る。 ③こんにゃくは短冊、こまつなは3cm幅、長ねぎは小口切りに切る。 ④①の中に、にんじん、大根を入れて煮る。 ⑤しばらく煮たら、こんにゃく、じゃがいもも入れてさらに煮る。 ⑥じゃがいもが煮えてきたら、こまつなと長ねぎを加え、火を通す。 ⑦みそも加え味を調える。
じゃがいも	20 g	水	90 g																																						
にんじん	10 g																																								
こまつな	5 g																																								
大根	20 g																																								
長ねぎ	6 g																																								
こんにゃく	10 g																																								
赤みそ	4.5 g																																								
白みそ	4 g																																								
けずり節	1 g																																								
煮干し	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 牛乳 にんじん こまつな 大根 長ねぎ	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
給食だよりや一口メモで、献立の内容と地産地消について知らせた。
社会科で給食の献立をもとに、地産地消について授業を実践した。

5 11月の指導回数

13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

千葉市立扇田小学校

1 献立

献立	
ごはん	
千葉県産焼きのり	
牛乳	
さばの香り焼き	
千葉県産野菜たっぷりみそ汁	
キャベツのツナマヨ炒め	
みかん	

2 地場産物を活用した料理のレシピ

<p>(1) 料理名 キャベツのツナマヨ炒め</p> <p>(2) 1人分の材料</p> <p>まぐろ缶詰(ツナ) 10g キャベツ 25g もやし 20g しょうゆ 1.5g みりん 1.5g マヨネーズ 4.4g サラダ油 0.2g</p>	<p>(3) 作り方</p> <p>①キャベツは2センチ幅のざく切りにする。 ②まぐろ缶詰は、油を切ってほぐしておく。 ③キャベツともやしは、さっとゆでて水気を絞っておく。 ④フライパンに油をひいて、②③を加えてさっと炒める。 ⑤しょうゆ、みりん、マヨネーズを加えて味付けをする。</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 さといも だいこん 牛乳 にんじん いら のり こまつな キャベツ さば ねぎ	81%

4 千産千消デーで実施した食に関する指導の概要

食育だよりの発行。
栄養教諭による校内放送。
給食の時間における学級訪問。

5 11月の指導回数

12回

6 その他

市内産の野菜を使用した市内共通メニューを提供した。

千産千消デー実施報告書

学校名または共同調理場名

千葉市立おゆみ野南小学校

1 献立

献立	
ごはん	
焼きのり	
牛乳	
いわしフライ	
五目豆	
みぞれ汁	
りんご	

2 地場産物を活用した料理のレシピ

(1) 料理名 五目豆	(3) 作り方
(2) 1人分の材料	①前日に、大豆を水に浸して戻す。
大豆 6g	②にんじん、ごぼう、れんこん、こんにゃくは1cm角、さやいんげんは1cm幅に切る。
しょうゆ 3g	③ごぼうとれんこんは、水に浸しておき、こんにゃくとさやいんげんは下茹でしておく。
鶏肉 5g	④①の大豆は柔らかくなるまで煮る。
和風だし 0.3g	⑤油で鶏肉を炒める。
にんじん 8g	⑥にんじんとごぼうとれんこんを入れて炒める。
油 0.5g	⑦こんにゃくを入れて炒める。
ごぼう 8g	⑧水を入れて、煮立ったら大豆を入れる。
水 6g	⑨調味料を入れて、味が染みるまで煮る。
れんこん 8g	⑩さやいんげんを入れて仕上げる。
こんにゃく 4g	
さやいんげん 4g	
砂糖 2g	
酒 1.6g	
本みりん 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	76%
のり	
牛乳	
いわし	
大豆	
にんじん	
れんこん	
豚肉	
ねぎ	
だいこん	
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

校内放送で地産地消の意味と良さを説明し、給食で使用した食材を紹介した。
給食の時間における学級訪問
給食だよりへの記載

5 11月の指導回数

15回

6 その他

特になし