

報告書1(6月)

実施月日	令和6年6月13日	A		
市町村名	青森市	施設名	青森市中学校給食センター	
対象学校	青森市内対象校 9校		対象人員	3,140
ふるさと産品名	麦ご飯	牛乳	鶏肉	(冷)玉ねぎスライス 人参
	アップルソース りんごダイス缶			
食材使用数	10		ふるさと産品数	7
献立名	麦ご飯	牛乳	チキンカレー	ビーンズサラダ
	県産りんご缶			
献立名	材料名	分量 g	作り方	
麦ご飯	麦ご飯	110.0	<b>【チキンカレー】</b> ① 人参はさいの目切りに切る。 ② 釜に鶏肉を入れ、炒める。 ダイスポテト、玉ねぎスライス、人参を入れさらに炒める。 ③ 水を加えて、煮て、調味料を加えて煮込む。	
牛乳	牛乳	206.0		
チキンカレー	鶏肉	40.0		
	ダイスポテト	40.0		
	(冷)玉ねぎスライス	50.0		
	人参	20.0		
	カレールウ	15.0		
	カレーストック	5.0		
	カレーペースト	1.0		
	ホワイトルウ	3.0		
	牛乳	50.0		
	トマトケチャップ缶	3.5		
中濃ソース	1.5			
粉チーズ	2.0			
アップルソース	1.0			
ビーンズサラダ	キャベツ	40.0	<b>【ビーンズサラダ】</b> ① 釜にお湯を入れて沸騰させて、キャベツ、ミックスビーンズをゆで、混ぜ合わせる。 ② 真空冷却機で冷却する。	
	ミックスビーンズ	20.0		
フレンチドレッシング	フレンチドレッシング	5.0		
県産りんご缶	県産りんご缶	40.0		
栄養価			写真	
エネルギー	832 Kcal	亜鉛	3 mg	
たんぱく質	29.9 g	ビタミンA	201 μgRE	
(	14.4 %)	ビタミンB1	0.86 mg	
脂質	20.3 g	ビタミンB2	0.60 mg	
(	22.0 %)	ビタミンC	38 mg	
マグネシウム	91 mg	食物繊維	6.8 g	
カルシウム	374 mg	食塩相当量	3.3 g	
鉄	2.5 mg			
— 地場産物の活用について —				
○ 県産の鶏肉、人参、牛乳、アップルソースを使用し、デザートにも県産のりんご缶を使用し、青森の恵みに感謝できる献立とした。				
○ 本給食センターでは、調理施設の都合により、使用できる食材数が限られているため、県内工場で加工された玉ねぎを取り入れた。				