

報告書1(6月)

実施月日	令和6年6月17日		
市町村名	東通村	施設名	東通村学校給食センター
対象学校	東通小学校	東通中学校	対象人員 415
ふるさと産品名	精白米	牛乳	県産ごぼう入り肉信田 ごぼう
	しょうゆ	ベビーほたて	にんじん 大根
	白みそ	だし昆布	カットリんご
食材使用数	15	ふるさと産品数	13
献立名	ごはん	牛乳	県産ごぼう入り肉信田
	ほたて汁	カットリんご	できるだし野菜ミックスとごぼうのきんぴら

献立名	材料名	分量 g	作 り 方
ごはん	学校給食用精白米	70.0	
牛乳	牛乳	206.0	
県産ごぼう入り肉信田	県産ごぼう入り肉信田	50.0	① スチームコンベクションオーブンで加熱する。
できるだし野菜ミックスと ごぼうのきんぴら	ごぼう	25.0	① ごぼうは皮をむいてさがきにする。
	できるだし野菜ミックス	2.0	② できるだし野菜ミックスを水でもどす。
	砂糖	1.5	③ もどしたできるだし野菜ミックスと
	しょうゆ	3.0	ごぼうを煮る。
	ごま油	2.0	④ 調味料で味をととのえ、煮詰まったら
	白ごま	0.5	ごま油と白ごまを加える。
ほたて汁	ベビーほたて	40.0	① だしパックとだし昆布でだしをとる。
	高野豆腐	5.0	② だし汁に、大根とにんじんを入れて
	にんじん	7.0	煮る。
	大根	18.0	③ ほたてを加え、火を通す。
	根深ねぎ	7.0	④ 味噌を入れ、温度が上がったら、
	白みそ	10.0	ねぎと高野豆腐を加える。
	だしパック	2.0	⑤ ひと煮立ちしたら、温度を確認し、
	だし昆布	2.0	火を止める。
カットリんご	カットリんご	30.0	

栄 養 価		写 真	
エネルギー	645 Kcal	亜鉛	3 mg
たんぱく質	28.1 g	ビタミンA	132 μgRE
(17.4 %)	ビタミンB1	0.57 mg
脂質	20.3 g	ビタミンB2	0.53 mg
(28.30 %)	ビタミンC	21 mg
マグネシウム	93 mg	食物繊維	4.4 g
カルシウム	342 mg	食塩相当量	2.5 g
鉄	4.0 mg		



— 地場産物の活用について —
 村特産のだし昆布を毎日の給食に使っています。
 ほたても、県産品の他に東通村産のものが手に入る時期には、
 ほたて汁やシチューに使用しています。