

報告書1(6月・11月)

実施月日	令和6年6月18日		
市町村名	鱈ヶ沢町	施設名	鱈ヶ沢町立学校給食センター
対象学校	小学校2校	中学校1校	対象人員 487
ふるさと産品名	学校給食用精米 牛乳 青森県産原料ポークメンチ 青森県産ごぼうのサラダ きゅうり		
	豚肉	糸こんにゃく	白菜 ごぼう ベビーほたて
	みそ	りんごちゃん	
食材使用数	15	ふるさと産品数	12
献立名	ごはん	牛乳	県産ポークメンチカツ ごぼうサラダ
	ほたて汁	りんごゼリー	

献立名	材料名	分量 g	作り方
ごはん	学校給食用精米	75.0	<p>【県産ポークメンチカツ】</p> <p>① 183℃の油で6分20秒揚げる。</p> <p>【ごぼうサラダ】</p> <p>① きゅうりは、スライサーで0.3cmの輪切りにし、茹でて冷却する。</p> <p>② 青森県産ごぼうのサラダと和える。</p> <p>【ほたて汁】</p> <p>① だしをとる。</p> <p>② 野菜をスライサーでカットする。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・白菜…1.2cmの短冊切り ・人参…いちょう切り ・ごぼう…ささがき ・じゃが芋…角切り ・ねぎ…0.5cmの輪切り <p>③ 豚肉、人参、じゃが芋、ごぼう、白菜、ベビーほたて、糸こんにゃくを順に入れる。</p> <p>④ 和風だしと溶いたみそを加え、最後にねぎを加えてひと煮立ちさせる。</p>
牛乳	普通牛乳	206.0	
県産ポークメンチカツ	青森県産原料ポークメンチ	60.0	
	米サラダ油	5.0	
ごぼうサラダ	青森県産ごぼうのサラダ	30.0	
	きゅうり	10.0	
ほたて汁	豚肉	12.0	
	糸こんにゃく	20.0	
	白菜	30.0	
	人参	10.0	
	ごぼう	8.0	
	じゃが芋	25.0	
	ねぎ	10.0	
	ベビーほたて	20.0	
	みそ	10.5	
	焼きいりこパック	2.0	
	和風だし	0.3	
	料理酒	2.0	
りんごゼリー	りんごちゃん	40.0	

栄養価		写真	
エネルギー	774 Kcal	亜鉛	4 mg
たんぱく質	30.2 g	ビタミンA	207 μgRE
(15.6 %)	ビタミンB1	0.90 mg
脂質	28.5 g	ビタミンB2	0.53 mg
(33.1 %)	ビタミンC	138 mg
マグネシウム	94 mg	食物繊維	6.7 g
カルシウム	311 mg	食塩相当量	2.7 g
鉄	2.4 mg		



— 地場産物の活用について —

○「青森県産原料ポークメンチカツ」は、ソースなしでもおいしくいただけるため、何度も使用しているが、改めてふるさと産品給食の日に活用することで県産品のアピールの機会とした。

○6月18日のホタテの日に合わせて、県産のベビーほたてと野菜を使用した具沢山のほたて汁を提供した。