

報告書1(6月・11月)

実施月日	令和6年6月21日		
市町村名	藤崎町	施設名	藤崎町学校給食センター
対象学校	小学校3校	中学校2校	対象人員 1,110人
ふるさと産品名	米	鶏肉くわ焼き	豚肉
	みそ	しょうゆ	絹ごし豆腐
	さくらんぼ	牛乳	ごぼう
食材使用数	14	ふるさと産品数	12
献立名	ごはん	鶏肉くわ焼き	みそごぼう炒め
	さくらんぼ(2こ)	牛乳	すまし汁
献立名	材料名	分量g	作り方
ごはん	学校給食用精白米	67.5	全自動炊飯機で炊く。
鶏肉くわ焼き	鶏肉くわ焼き	50.0	スチームコンベクションオーブンで蒸す。
みそごぼう炒め	豚肉 薄切り	15.0	① 豚肉に清酒をかけておく。にんじんは千切り、糸こんにゃくには熱湯をかけておく。みそはミキサーで溶く。 ② 釜にごま油を入れ、豚肉、ごぼう、にんじん、糸こんにゃくの順に入れ炒める。 ③ 調味料で調味する。
	清酒	1.0	
	ささがけごぼう	20.0	
	にんじん	12.0	
	糸こんにゃく	15.0	
	ごま油	8.0	
	カルシウム入りみそ	3.2	
	濃口しょうゆ	0.3	
	いりごま	0.8	
	とうがらし (だし汁 8L)	0.01	
すまし汁	絹ごし豆腐	35.0	① 絹ごし豆腐はさいの目にカット、板麩と干しいたけは洗って戻しておく。根深ねぎはスライサーで5mmに切る。 ② だし昆布と混合だしパックでだしを取る。 ③ 絹ごし豆腐、板麩、干しいたけ、ねぎの順で釜に入れる。 ④ 調味料で調味する。
	板麩	1.8	
	干しいたけ	1.0	
	根深ねぎ	5.0	
	だし昆布	0.8	
	混合だしパック	2.5	
	液体かつお	2.0	
	濃口しょうゆ	4.2	
	みりん	0.5	
	清酒	0.5	
食塩	0.03		
さくらんぼ(2こ)	さくらんぼ	15.0	消毒して配缶する。
牛乳	牛乳	206.0	(学配)
栄養価			写真
エネルギー	550 Kcal	亜鉛	3 mg
たんぱく質	24.2 g	ビタミンA	180 μgRE
(	17.6 %)	ビタミンB1	0.64 mg
脂質	17.2 g	ビタミンB2	0.50 mg
(	25.0 %)	ビタミンC	7 mg
マグネシウム	91 mg	食物繊維	3.6 g
カルシウム	313 mg	食塩相当量	2.4 g
鉄	2.1 mg		
— 地場産物の活用について —			
<ul style="list-style-type: none"> <li>●町内産・・・米、干しいたけ、さくらんぼ</li> <li>●県産・・・豚肉、ごぼう、牛乳</li> <li>●県内加工・・・鶏肉くわ焼き、絹ごし豆腐、板麩、糸こんにゃく、みそ、しょうゆ</li> </ul>			

