

報告書1(11月)

|         |              |            |                        |
|---------|--------------|------------|------------------------|
| 実施月日    | 令和6年11月12日   |            |                        |
| 市町村名    | むつ市          | 施設名        | むつ市立第二田名部小学校           |
| 対象学校    | むつ市立第二田名部小学校 |            | 対象人員 438               |
| ふるさと産品名 | 牛乳           | まっしぐら      | 青森県産ももカツ 青森県産切り干し大根 人参 |
|         | 油揚げ          | 大根         | 人参 ベビーほたて 長葱           |
|         | 焼き豆腐         | カルシウム強化味噌白 | カルシウム強化味噌赤 カットリンゴ      |
| 食材使用数   | 14           | ふるさと産品数    | 14                     |
| 献立名     | ご飯           | 牛乳         | とんかつ 切り干し大根炒め煮         |
|         | ほたて汁         | りんご        |                        |

| 献立名       | 材料名        | 分量 g   | 作り方   |
|-----------|------------|--------|---|
| ご飯        | まっしぐら      | 65.0   | ① 豚カツを揚げる。<br>① 切り干し大根をもどす。<br>② 人参は、千切り<br>③ 油揚げは油抜きをする。<br>④ だし汁で切り干し太鼓、人参を煮る。<br>油揚げを加え、調味し味を含ませる様に煮る。<br>① 大根、人参はいちょう切り。<br>② 長葱は、斜めに切る。<br>③ 焼き豆腐は、3等分し、5mm幅に切る。<br>④ 回転釜に出汁をとり、野菜、ほたてを煮る。<br>焼き豆腐を加えて、味噌を加え、味を調える。最後に長葱を加え、一煮立ちさせる。 |
|           | 牛乳         | 牛乳     |   |
| とんかつ      | 青森県産ももカツ   | 50.0   |   |
|           | 植物油        | 5.0    |   |
| 切り干し大根炒め煮 | 青森県産切り干し大根 | 6.0    |   |
|           | 人参         | 7.0    |   |
|           | 油揚げカット     | 2.0    |   |
|           | みりん        | 1.5    |   |
|           | 醤油         | 2.5    |   |
|           | だし汁        | 30.0   |   |
|           | ほたて汁       | 大根     |   |
| りんご       | 人参         | 6.0    |   |
|           | ベビーほたて     | 19.0   |   |
|           | 焼き豆腐       | 20.0   |   |
|           | 長葱         | 6.0    |   |
|           | カルシウム強化味噌白 | 6.0    |   |
|           | カルシウム強化味噌赤 | 3.0    |   |
|           | だしパック      | 2.0    |   |
|           | だし昆布       | 1.0    |   |
|           | りんご        | カットりんご | 35.0  |

| 栄      |          | 養      |          | 価 |  |
|--------|----------|--------|----------|---|--|
| エネルギー  | 615 Kcal | 亜鉛     | 4 mg     |   |  |
| たんぱく質  | 26.3 g   | ビタミンA  | 283 μgRE |   |  |
| (      | 17.1 %)  | ビタミンB1 | 0.75 mg  |   |  |
| 脂質     | 18.5 g   | ビタミンB2 | 0.59 mg  |   |  |
| (      | 27.10 %) | ビタミンC  | 25 mg    |   |  |
| マグネシウム | 101 mg   | 食物繊維   | 5.1 g    |   |  |
| カルシウム  | 427 mg   | 食塩相当量  | 2.1 g    |   |  |
| 鉄      | 3.4 mg   |        |          |   |  |

— 地場産物の活用について —

米は地元のまっしぐらを使用。野菜は県産品、焼き豆腐、油揚げは地元の豆腐店の物を使用。牛乳、りんごも県産品を使用。また、調味料の味噌も県産品を使用しました。



令和6年度

むつ市立第二田名部小学校

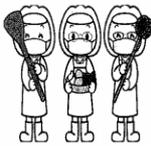


ひとごとに涼しさがましていき、秋の深まりが感じられます。  
 秋は海や山の美味しい物がたくさん出回ります。秋の味覚をとおして  
 自然の恵みをいただくことや食にかかわる人などのことを考えてみま  
 しょう。

いただきます！ ごちそうさま！



心を込めてあいさつをしましょう



毎日の食事をいただけることに感謝を！！

食事は、食べ物を育てたりとったりする農家や漁師、畜産家などの生産者  
 た 食物 運ぶ 運送業者、た 食物 売る 小売店の人、調理する人などの  
 たくさんの方がかかっています。これらの人達のおかげで、わたしたちは  
 毎日、食事をすることができるのです。  
 毎日の食事がいただけることに感謝の気持ちを持って、残さず食べ  
 ましょう。

|         |                |
|---------|----------------|
| 今月の給食目標 | 食後は、静かに休みましょう。 |
|---------|----------------|

みなさんは、地域で生産したものを地域で消費するという意味を持つ「地産地消」  
 という言葉を聞いたことがありますか？地産地消は、安心安全で新鮮な食べ物が食  
 べられるためだけでなく、食料自給率の向上にもつながります。地域の生産者が心を  
 込めつくった地場産物について考えてみてください。

毎日楽しみにしている学校給食には、地域の生産者の方々が丹精込めて作っ  
 たさまざまな地場産物をたくさん取り入れています。この取り組みは、全国で進  
 められています。  
 青森県では11月を食育推進運動月間とし、「ふるさと産品の日」を設けることにな  
 りました。そこで今年度は11月12日に、青森県や下北でとれたものを献立に  
 多く取り入れ提供します。

★ ★ ★ ふるさと産品給食の日 ★ ★ ★



11月12日の献立

- ♪ ごはん・・・・・・・・・・ 下北産まっしぐら
- ♪ 牛乳・・・・・・・・・・ 弘前市萩原乳業の牛乳
- ♪ 豚カツ・・・・・・・・・・ 青森県産豚肉使用
- ♪ 切り干し大根炒め煮・・・・ 青森県産の人参、切り干し大根
- ♪ ほたて汁・・・・・・・・・・ 青森県産品の野菜、青森県産ペビーほたて
- ♪ りんご・・・・・・・・・・ 青森県産りんご

