

報告書1(6月・11月)

実施月日	令和6年11月18日		
市町村名	深浦町	施設名	深浦町立深浦小学校
対象学校	小学校	中学校	対象人員 243
ふるさと産品名	精白米	牛乳	たれ付き彩り野菜肉団子 県産かぼちゃダイス 人参
	豚もも肉	できるだし(洋風)	できるだし(和風) 切干大根 厚揚げ
	ほうれん草カット	カルシウム強化味噌白	カルシウム強化味噌赤
食材使用数	14	ふるさと産品数	13
献立名	ごはん	牛乳	肉だんご かぼちゃサラダ 干し野菜の田舎汁
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	
肉だんご	たれ付き彩り肉だんご	50.0	・ スチーム調理
かぼちゃサラダ	県産かぼちゃダイス	48.0	・ 人参はいちょう切り、きゅうりは輪切りにする ・ 食材をボイル後、真空冷却し、調味する。
	にんじん	8.0	
	きゅうり	10.0	
	エッグケアマヨネーズタイプ	13.0	
	こしょう	0.05	
	三温糖	0.08	
干し野菜の田舎汁	豚もも肉	15.0	・ 厚揚げは四角に切る。 ・ 切干大根は水戻しし、洗って絞る。 ・ 豚肉は炒め、できるだしは煮汁に入れる。 ・ 他の具材も入れて煮込み、調味する。
	できるだし洋風ミックス	1.0	
	できるだし和風ミックス	1.0	
	切干大根県産	2.0	
	厚揚げ	20.0	
	ほうれん草カット	8.0	
	味本番	1.0	
	和風だしの素	0.3	
	カルシウム強化味噌 白	5.0	
	カルシウム強化味噌 赤	5.0	
塩麴の素	5.0		
栄 養 価		写 真	
エネルギー	677 Kcal	亜鉛	3 mg
たんぱく質	22.6 g	ビタミンA	343 μgRE
(13.3 %)	ビタミンB1	0.72 mg
脂質	24.2 g	ビタミンB2	0.51 mg
(32.10 %)	ビタミンC	23 mg
マグネシウム	93 mg	食物繊維	4.1 g
カルシウム	310 mg	食塩相当量	2.4 g
鉄	2.3 mg		
— 地場産物の活用について —			
<p>・かぼちゃサラダは県産かぼちゃを使用しました。 ・干し野菜の田舎汁は、県産のできるだしと切干大根を使用し、乾燥野菜から出るだしが味わえる汁物。だしがとでも出るので塩分も控えることができます。</p>			

2024年



こんだてのおしらせ



厚田町立厚田小学校給食調理場

日	こんだて		軽やかになる食品	血や肉になる食品	体の骨子を堅める食品	おしらせ エネルギー: kcal
	曜日	おかず				
1	火	ごはん	キャベツ	鶏肉	豆類	エネルギー: kcal
5	火	ごはん	キャベツ	鶏肉	豆類	エネルギー: kcal
6	水	ごはん	キャベツ	鶏肉	豆類	エネルギー: kcal
7	木	ごはん	キャベツ	鶏肉	豆類	エネルギー: kcal
8	金	ごはん	キャベツ	鶏肉	豆類	エネルギー: kcal
11	月	ごはん	キャベツ	鶏肉	豆類	エネルギー: kcal
12	火	ごはん	キャベツ	鶏肉	豆類	エネルギー: kcal
13	水	ごはん	キャベツ	鶏肉	豆類	エネルギー: kcal
14	木	ごはん	キャベツ	鶏肉	豆類	エネルギー: kcal
15	金	ごはん	キャベツ	鶏肉	豆類	エネルギー: kcal
18	月	ごはん	キャベツ	鶏肉	豆類	エネルギー: kcal
19	火	ごはん	キャベツ	鶏肉	豆類	エネルギー: kcal
20	水	ごはん	キャベツ	鶏肉	豆類	エネルギー: kcal
21	木	ごはん	キャベツ	鶏肉	豆類	エネルギー: kcal
22	金	ごはん	キャベツ	鶏肉	豆類	エネルギー: kcal
25	月	ごはん	キャベツ	鶏肉	豆類	エネルギー: kcal
26	火	ごはん	キャベツ	鶏肉	豆類	エネルギー: kcal
27	水	ごはん	キャベツ	鶏肉	豆類	エネルギー: kcal
28	木	ごはん	キャベツ	鶏肉	豆類	エネルギー: kcal
29	金	ごはん	キャベツ	鶏肉	豆類	エネルギー: kcal
					1か月の平均	小: 630kcal 中: 760kcal

※ 献立は材料の都合により変更になることがあります。

☆ 太字の食材は調理済みのものを使用しています。

● 給食でのアレルギー対応について ● 調理場では、調理設備等の体制が整っていないため、個別のアレルギー対応食は提供していません。

但し、アレルギー食材の詳細な献立表を作成し、各学校へ配布しておりますので、いつでもご相談ください。(厚田小 総機 TEL: 2751)



青森県は豊かな海に囲まれ、緑豊かな森林や肥沃な大地に育まれた、新鮮で安心安全な農林水産物が豊富にあります。

そん
ご存じですか？「地産地消」

地産地消とは、「地域で生産された農林水産物を地域で消費する」取り組みです。食料自給率の向上に加え、新鮮で安全な食材を手に入れることができる、輸送にかかるコストを減らし環境にも優しいなど、よいことがたくさんあります。学校給食では、積極的に地産産物の活用に取り組んでいます。ご家庭でも「地産地消」を意識して、食材を選んでみてはいかがでしょうか？



<p>学校給食に 地産産物を 活用すると…</p>	<p>地域の自然、食文化、 産業などへの理解が 深まる</p>
<p>食料の生産、流通などに 関わる人びとの努力を より身近に理解するこ とができる</p>	<p>生産者や生産過程など を理解し、食べ物への 感謝の気持ちを抱く ことができる</p>
<p>「顔が見え、話ができる」 生産者などにより生産 された、新鮮で安全な 食材を確保することが できる</p>	<p>流通にかかるエネルギー や経費の削減、包装の 簡素化など、環境保護に 貢献することが できる</p>
<p>生産者など、地域の方の 学校教育に対する 理解が深まり、連携・ 協力関係を築く ことができる</p>	<p>日本や世界を取り巻く食料 の状況や、食料自給率に 関する知識や理解を 深め、学習意欲を向上 させることができる</p>