

報告書1(6月・11月)

|         |               |          |                |
|---------|---------------|----------|----------------|
| 実施月日    | 令和6年11月21日    |          |                |
| 市町村名    | 中泊町           | 施設名      | 中泊町学校給食センター    |
| 対象学校    | 小学校4校         | 中学校2校    | 対象人員 554       |
| ふるさと産品名 | 学校給食用精白米 牛乳   | 肉団子      | ごぼうサラダ 嶽きみ     |
|         | グリーンアスパラガス 人参 | 大根       | 冷凍ほうれん草 ベビーほたて |
|         | 長ねぎ           | 冷凍豆腐鉄分強化 |                |
| 食材使用数   | 10            | ふるさと産品数  | 10             |
| 献立名     | ごはん           | 牛乳       | 野菜の肉団子         |
|         | 豆腐とほたてのスープ    |          |                |

| 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          | ① アスパラと嶽きみはそれぞれスチコンにかけて加熱し、冷却機で冷やす。<br>② ①とサラダを和えて、温度を確認する。<br><br>① 人参と大根はいちよう切りにしておく。<br>② 水を張った釜に人参を入れ、煮立ったら大根も加える。<br>③ ②に下処理したほたても加え、ほたてから出汁がでてきたら、豆腐を加える。<br>④ ほうれん草も加え、調味液で味を調える。<br>⑤ 仕上げに小口切りした長ねぎとごま油を加え、高さや塩分濃度、中心温度を確認して火を止める。 |      |
|            | 牛乳         | 206.0         |  |      |
|            | 野菜の肉団子     | 50.0          |  |      |
|            | ごまごぼうサラダ   | 県産ごぼうサラダ      |  | 30.0 |
|            |            | 嶽きみホール        |  | 10.0 |
|            |            | 県産冷凍アスパラガスカット |  | 10.0 |
|            | 豆腐とほたてのスープ | 人参            |  | 10.0 |
|            |            | 大根            |  | 20.0 |
|            |            | 県産冷凍ほうれん草     |  | 20.0 |
|            |            | 県産冷凍豆腐鉄分強化    |  | 20.0 |
|            |            | ベビーほたて        |  | 20.0 |
|            |            | 長ねぎ           |  | 7.0  |
| おろし生姜      |            | 0.1           |  |      |
| 塩ラーメンスープの素 |            | 1.0           |  |      |
| 食塩         |            | 0.8           |  |      |
| こしょう       |            | 0.02          |  |      |
| ごま油        | 0.3        |               |  |      |

|        |          |        |          |
|--------|----------|--------|----------|
| エネルギー  | 616 Kcal | 亜鉛     | 3.5 mg   |
| たんぱく質  | 22.9 g   | ビタミンA  | 318 μgRE |
| (      | 14.9 %)  | ビタミンB1 | 0.53 mg  |
| 脂質     | 21.4 g   | ビタミンB2 | 0.52 mg  |
| (      | 31.3 %)  | ビタミンC  | 14 mg    |
| マグネシウム | 104 mg   | 食物繊維   | 3.0 g    |
| カルシウム  | 358 mg   | 食塩相当量  | 2.2 g    |
| 鉄      | 3.7 mg   |        |          |

— 地場産物の活用について —

- 米は中泊町産「まっしぐら」を使用しています。
- ごまごぼうサラダは、県産のごぼうとアスパラガス、嶽きみを使用した県産100%のサラダです。
- スープには県産のほたてと豆腐、さらに中泊産の野菜を使用し、塩味のさっぱりとした味に仕上げました。



