

報告書1(6月・11月)

実施月日	令和6年11月15日				
市町村名	新郷村	施設名	新郷村立新郷小学校		
対象学校	新郷小学校	新郷中学校	対象人員 140		
ふるさと産品名	米	牛乳	鶏むね肉	豚肉	キャベツ
	にんじん	きくらげ	大豆もやし	なんばんみそ	大根
	豆腐	油揚げ	長ねぎ	みそ	りんごゼリー
食材使用数	16		ふるさと産品数	15	
献立名	ごはん	牛乳	鶏むね肉の竜田揚げ	なんばんみその野菜炒め	
	大根のみそ汁	りんごゼリー			

献立名	材料名	分量 g	作り方
ごはん	精白米	80.0	
	牛乳	206.0	
鶏むね肉の竜田揚げ	鶏むね肉の竜田揚げ	50.0	油で揚げる
	サラダ油	3.0	
なんばんみその野菜炒め	豚ひき肉	15.0	ざく切り いちよう切り お湯で戻す  千切り ①ごま油を熱し、豚ひき肉を炒める。 ②硬いものから炒める。 ③しょうがとなんばんみそで味付けする。
	キャベツ	30.0	
	にんじん	10.0	
	きくらげ	0.8	
	大豆もやし	20.0	
	ピーマン	8.0	
	ごま油	1.0	
	おろししょうが	0.4	
	なんばんみそ	10.0	
大根のみそ汁	大根	40.0	千切り 千切り さいの目切り 短冊切り 小口切り ①煮干しでだしをとる。 ②煮えづらい材料から煮る。 ③みそで味付けする
	にんじん	10.0	
	豆腐	30.0	
	油揚げ	5.0	
	ねぎ	10.0	
	だしの素	0.4	
	煮干し	2.0	
	みそ	7.0	
りんごゼリー	りんごちゃん	40.0	自然解凍

栄		養		価	
エネルギー	692 Kcal	亜鉛	2 mg		
たんぱく質	31.2 g	ビタミンA	147 μgRE		
(	18.0 %)	ビタミンB1	0.61 mg		
脂質	20.0 g	ビタミンB2	0.45 mg		
(	26.00 %)	ビタミンC	140 mg		
マグネシウム	118 mg	食物繊維	5.3 g		
カルシウム	369 mg	食塩相当量	2.5 g		
鉄	3.2 mg				

— 地場産物の活用について —

三戸郡内で同じ献立内容にして、三戸郡ふるさと元気給食として提供しました。青森県や新郷村でとれる食材を取り入れ、児童・生徒に青森県産食材を知らせることができました。

写真



15日(金)

献立名

ごはん 牛乳 大根のみそ汁

鶏むね肉の竜田揚げ なんばんみその野菜炒め りんごゼリー

●ふるさと産品給食の日

わたしたちの住む青森県では、米、小麦、果物、野菜、肉や牛乳、魚などおいしい食べものがたくさんとれます。そこで今日は「ふるさと産品給食の日」として、青森県産や新郷村産の食べものをたくさん使った献立にしました。地元の物を地元で食べることで、もっと青森県や新郷村のことを知り好きになっていけたらいいですね。

今日も残さずよい姿勢で食べましょう。