


報告書1(6月・11月)

実施月日	令和7年6月24日		施設名	青森県立青森聾学校			
市町村名	青森市		施設名	青森県立青森聾学校			
対象学校			対象人員	43			
ふるさと産品名	精白米	牛乳	彩り野菜肉団子	サラダ菜	切り干し大根		
	人参	木綿豆腐	ほうれん草	白みそ	あおもりぷりん		
食材使用数	13		ふるさと産品数	10			
献立名	ご飯	牛乳	彩り野菜肉団子	添え野菜			
	切り干し大根の含め煮	みそ汁	あおもりプリン				
献立名	材料名	分量 g	作り方				
ご飯	精白米	95.0	① 彩り野菜肉団子をポイルする。 ① サラダ菜を洗浄・消毒し、水気を切る。 ① 切り干し大根を水で戻す。 ② 人参をせん切りにする。 ③ いんげんを一口大の斜め切りにする。 ④ さつま揚げを短冊切りにする。 ⑤ 糸こんをカットして湯通しする。 ⑥ 油をひいて熱した鍋で、具材を炒めて、調味料を加えて煮る。 ① 木綿豆腐を1cm角のさいの目にカットする。 ② ほうれん草を下茹でする ③ 味本番でだしをとり、具材を加えて煮て、みそで味付けする。				
牛乳	牛乳	206.0					
彩り野菜肉団子	タレ入り彩り野菜肉団子	40.0					
添え野菜	サラダ菜	10.0					
切り干し大根の含め煮	切り干し大根	4.5					
	人参	15.0					
	いんげん	10.0					
	さつま揚げ	10.0					
	糸こん	20.0					
	サラダ油	1.2					
	三温糖	1.2					
	酒	1.0					
みそ汁	しょうゆ	3.5					
	ほんだし	0.5					
	木綿豆腐	40.0					
	冷凍ほうれん草	15.0					
あおもりプリン	白みそ	7.0					
	味本番	1.0					
	あおもりぷりん	40.0					
栄 養 価			写 真				
エネルギー	656 Kcal	亜鉛	3 mg				
たんぱく質	24.1 g	ビタミンA	301 μgRE				
(14.7 %)	ビタミンB1	0.63 mg				
脂質	16.1 g	ビタミンB2	0.53 mg				
(22.10 %)	ビタミンC	9 mg				
マグネシウム	152 mg	食物繊維	4.7 g				
カルシウム	509 mg	食塩相当量	2.4 g				
鉄	4.2 mg						
— 地場産物の活用について —							
6月はまだ、青森県産野菜などの食材があまり出回っておらず、また、食材費が高騰してる中での地場産物の活用は容易ではないと感じますが、加工食材などを活用して、可能な限り、青森県産食材を取り入れたメニューを提供しました。							