

報告書1(6月・11月)

実施月日	令和7年6月17日		
市町村名	弘前市	施設名	弘前聾学校
対象学校	弘前聾学校	対象人員	28
ふるさと 産品名	豚肉(もも・バラ) ごぼう	長いも	豆腐
	米	肉団子	油揚げ
	牛乳	こんにゃく	ねぎ
食材使用数	15	ふるさと産品数	12
献立名	麦ごはん	牛乳	長いも入り豚汁
	根曲がり竹の炒め	あおもりぷりん	ごぼう入り肉団子

献立名	材料名	分量 g	作り方
麦ごはん	学校給食用精米	65.0	【麦ごはん】 ① 洗米する。 ② 麦を足して分量の水を入れて炊飯する。 ③ 盛り付ける
	無圧ペン精麦(強化)	5.0	
	水	88.2	
牛乳	牛乳(給食紙)	206.0	【長いも入り豚汁】 ① 豚肉は料理酒で炒め煮にする。 ② 各材料をカットする。 にんじん→いちょう切り 長いも→一口大 豆腐→角切り ねぎ→小口切り ③ ごぼうは解凍する ④ 鍋に水とねぎ以外の ②、③の食材を入れて煮る。 ⑤ だしの素とみそで味を調える。 ⑥ 最後にねぎを放して一煮立ちさせる。 【ごぼう入り肉団子】 ① 真空パックをボイルする。 ② 皿に盛り付ける。 【根曲がり竹の炒め】 ① たけのこ水煮は水洗いする ② にんじんは千切りにする。 ③ 鍋に油をしき、具材を炒める ④ 調味料で味を調える。
長いも入り豚汁	豚もも肉スライス	25.0	
	豚ばら肉スライス	8.0	
	料理酒	2.0	
	にんじん	10.0	
	ごぼう ささがき	8.0	
	ながいも	20.0	
	木綿豆腐	10.0	
	根深ねぎ	8.0	
ごぼう入り肉団子	白みそ	7.0	
	だしのもと	1.0	
ごぼう入り肉団子	たれつき彩り野菜肉団子	50.0	
	根曲がり竹の炒め	カット油揚げ	
		根曲がりたけ スライス水煮	30.0
		にんじん	8.0
		糸こんにゃく	10.0
		サラダ油	0.3
		だしのもと	0.5
		こいくちしょうゆ	1.5
料理酒		1.5	
本みりん	1.0		
あおもりぷりん	あおもりぷりん	40.0	

栄 養 価		写 真	
エネルギー	662 Kcal	亜鉛	3 mg
たんぱく質	28.0 g	ビタミンA	260 μgRE
(16.9 %)	ビタミンB1	0.77 mg
脂質	21.2 g	ビタミンB2	0.56 mg
(28.8 %)	ビタミンC	11 mg
マグネシウム	121 mg	食物繊維	4.3 g
カルシウム	397 mg	食塩相当量	2.3 g
鉄	3.1 mg		

— 地場産物の活用について —

・豚汁は県産の野菜や肉をふんだんに使用し、みそを控えめにしても食材のうまみたっぷり満足感があるようにしました。
・県産食材を使用した肉団子とあおもりぷりんは子どもたちに大人気で、とてもおいしそうに食べていました。

