

報告書1(6月)

実施月日	令和7年6月23日			
市町村名	鱈ヶ沢町	施設名	鱈ヶ沢町立学校給食センター	
対象学校	小学校2校	中学校1校	対象人員 457	
ふるさと産品名	学校給食用精米	牛乳	五目厚焼きたまご 国産豚肉切落し雪人参醤油仕立て グリーンアスパラ	
	県産大豆使用豆腐	みそ	りんごちゃん	
食材使用数	13	ふるさと産品数	8	
献立名	ごはん	牛乳	五目厚焼きたまご 豚肉と玉ねぎの雪人参ソース炒め	
	豆腐のみそ汁	りんごゼリー		
献立名	材料名	分量 g	作り方	
ごはん	学校給食用精白米	75.0	<p>【五目厚焼きたまご】</p> <p>① 50分蒸し、加熱する。</p> <p>【豚肉の雪人参ソース炒め】</p> <p>① グリーンアスパラは2cm長さの斜め切りにする。</p> <p>② たまねぎはスライサーで薄切りにする。</p> <p>③ 釜に油を熱し、解凍した味付き豚肉を炒め料理酒をふる。</p> <p>④ ③に玉ねぎとアスパラを加え、味を整える。</p> <p>【豆腐のみそ汁】</p> <p>① だしをとる。</p> <p>② 野菜をスライサーでカットする。</p> <p>・にんじん…5mmのせん切り</p> <p>・ねぎ…小口切り</p> <p>③ 材料を火の通りにくいものから順に①へ入れ、煮る。</p> <p>④ 調味し、温度を確認する。</p>	
牛乳	普通牛乳	206.0		
五目厚焼きたまご	五目厚焼きたまご	50.0		
豚肉の雪人参ソース炒め	国産豚肉切落し雪人参醤油仕立て	25.0		
	たまねぎ	30.0		
	グリーンアスパラ	14.0		
	しょうゆ	1.2		
	料理酒	1.4		
	米油	1.0		
	豆腐のみそ汁	県産大豆使用豆腐		38.0
	カットわかめ	0.4		
	冷凍なめこ	12.0		
	にんじん	11.0		
	根深ねぎ	5.4		
	みそ	10.8		
	焼きいりこだしパック	2.0		
	粉末こんぶだし	0.3		
りんごゼリー	りんごちゃん	40.0		
栄養価			写真	
エネルギー	628 Kcal	亜鉛	3 mg	
たんぱく質	24.8 g	ビタミンA	239 μgRE	
(	15.8 %)	ビタミンB1	0.78 mg	
脂質	19.5 g	ビタミンB2	0.52 mg	
(	27.90 %)	ビタミンC	119 mg	
マグネシウム	82 mg	食物繊維	3.7 g	
カルシウム	365 mg	食塩相当量	3.7 g	
鉄	2.4 mg			
— 地場産物の活用について —				
<p>○おもに岩木産の麓に位置する高原で育てられるグリーンアスパラは、鱈ヶ沢町の特産品の1つである。グリーンアスパラを深浦町産の雪人参と組み合わせ、よりおいしく食べてもらえるよう、献立を設定した。</p>				