


報告書1(6月・11月)

実施月日	令和7年6月13日		施設名	青森県立七戸養護学校			
市町村名	七戸町		施設名	青森県立七戸養護学校			
対象学校	特別支援学校		対象人員	260			
ふるさと産品名	米	牛乳	彩り野菜肉団子	ほうれん草	ちくわ		
	干し菊	鶏肉	ごぼう	大根	しらたき		
	かやき煎餅	りんごちゃん					
食材使用数	16		ふるさと産品数	12			
献立名	ごはん	牛乳	彩り野菜肉団子	菊花和え			
	せんべい汁	りんごちゃん					
献立名	材料名	分量 g	作り方				
ごはん	米	66.0	1 キャベツは2cm角、ちくわは輪切りにする。 2 野菜をボイルし冷却する。 3 調味料を混ぜなじませる。				
牛乳	牛乳	206.0					
彩り野菜肉団子	彩り野菜肉団子(たれ付)	50.0					
菊花和え	ほうれん草	22.8					
	キャベツ	22.8					
	かもめちくわ	7.6					
	干し菊	0.2					
	濃口醤油	2.2					
	三温糖	0.8					
せんべい汁	鶏肉	12.2				1 大根・人参はいちょう切り、長ねぎは斜め切りにする。 干し椎茸は水で戻しておく。 2 鶏肉を炒め火が通ったら野菜と水を入れ椎茸と戻し汁も入れる。 3 調味料を入れたら煎餅と長ねぎを入れる。	
	ごぼう	11.4					
	大根	6.1					
	人参	6.1					
	しらたき	6.1					
	長ねぎ	6.1					
	干し椎茸	0.7					
	かやき煎餅	7.6					
	サラダ油	0.7					
	濃口醤油	2.8					
	みりん風調味料	1.5					
	料理酒	0.7					
	いりこだし	0.3					
	かつおだし	0.5					
食塩	0.1						
りんごちゃん	りんごちゃん	40.0					
栄養価			写真				
エネルギー	572 Kcal	亜鉛	3 mg				
たんぱく質	20.3 g	ビタミンA	190 μgRE				
(	14.2 %)	ビタミンB1	0.44 mg				
脂質	14.5 g	ビタミンB2	0.47 mg				
(	22.81 %)	ビタミンC	137 mg				
マグネシウム	76 mg	食物繊維	3.9 g				
カルシウム	384.7 mg	食塩相当量	1.9 g				
鉄	2.2 mg						
<p align="center">— 地場産物の活用について —</p> <p>せんべい汁は人気で夏でも喜ばれるメニューです。                      干し菊も他の食材と混ぜると抵抗なく食べてくれるので、和え物やみそ汁に使用しています。</p>							