

実施月日	令和7年6月19日			
市町村名	六ヶ所村	施設名	六ヶ所村学校給食センター	
対象学校	小学校4校	中学校3校	対象人員 718	
ふるさと産品名	精白米	牛乳	小川原湖牛コロッケ きゅうり しじみ	
	赤みそ	白みそ		
食材使用数	11	ふるさと産品数	7	
献立名	ごはん	牛乳	小川原湖牛コロッケ 春雨サラダ	
	しじみ汁			
献立名	材料名	分量 g	作り方	
ごはん	精白米	70.0		
牛乳	牛乳	206.0		
小川原湖牛コロッケ	小川原湖牛コロッケ	70.0	○ 小川原湖牛コロッケ ① 170℃で7分30秒揚げて完成。	
春雨サラダ	きゅうり	14.0	○ 春雨サラダ ① きゅうりは小口切り、人参は千切りにする。 ② 人参・マロニーを茹でて冷却する。 ③ 材料にドレッシングを加え、混ぜて完成。	
	人参	3.0		
	ソフトチキン	15.0		
	マロニー	11.0		
	棒棒鶏ドレッシング	6.0		
しじみ汁	冷凍豆腐	25.0	○ しじみ汁 ① しじみでだしをとる。 ② しじみを一度取り出す。 ③ 豆腐を加える。 ④ 味噌・昆布だし・酒を加える。 ⑤ 長ねぎを加え、完成。 * しじみは直接食缶に配合。	
	しじみ	17.0		
	長ねぎ	10.0		
— 地場産物の活用について —				
○ 六ヶ所村産 ・ 小川原湖牛コロッケ ・ しじみ				
— 栄養価 —				
エネルギー	677 Kcal	亜鉛	3 mg	
たんぱく質	22.7 g	ビタミンA	115 μgRE	
(13.4 %)	ビタミンB1	0.42 mg	
脂質	21.4 g	ビタミンB2	0.48 mg	
(28.4 %)	ビタミンC	5 mg	
マグネシウム	63 mg	食物繊維	1.6 g	
カルシウム	328 mg	食塩相当量	2.6 g	
鉄	3.0 mg			
○ 青森県産 ・ 精白米 ・ 牛乳 ・ きゅうり ・ 赤みそ ・ 白みそ				