

報告書1(6月・11月)

実施月日	令和7年6月20日	
市町村名	南部町	施設名 南部町立学校給食センター
対象学校	小学校3校 中学校3校 高校1校	対象人員 1,105
ふるさと産品名	米 牛乳 青森県産豚メンチカツ 切り干し大根 キャベツ	
	しじみのみそしる 大根 カルシウム強化味噌 津軽味噌赤味噌 あおもりプリン	
食材使用数	12	ふるさと産品数 10
献立名	ごはん 牛乳 青森県産豚メンチカツ 切り干し大根のサラダ	
	しじみのみそしる あおもりプリン	

献立名	材料名	分量 g	作り方
ごはん	米	70.0	炊飯する
	水	120.0	
牛乳	牛乳	206.0	フライヤー180℃ 6:30 油調
	青森県産豚メンチカツ	60.0	
切り干し大根のサラダ	揚げ油	8.0	①切り干し大根は、戻して洗浄する ②キャベツ、にんじんは千切り、きゅうりは輪切り ③全ての材料を茹でて冷却する ④ドレッシングで和える
	青森県産切り干し大根	4.0	
	キャベツ	25.0	
	きゅうり	10.0	
	にんじん	5.0	
	和風たまねぎドレッシング	8.0	
しじみのみそ汁	しじみ	30.0	①だいこん ②しじみ ③調味料
	だいこん	12.0	
	カルシウム強化みそ(白)	6.6	
	津軽味噌赤味噌	1.8	
あおもりプリン	昆布だし	0.8	
	あおもりプリン	40.0	

栄 養 価		写 真	
エネルギー	691 Kcal	亜鉛	4 mg
たんぱく質	22.3 g	ビタミンA	137 μgRE
(13.0 %)	ビタミンB1	0.59 mg
脂質	25.8 g	ビタミンB2	0.62 mg
(33.60 %)	ビタミンC	16 mg
マグネシウム	120 mg	食物繊維	2.9 g
カルシウム	487 mg	食塩相当量	2.3 g
鉄	5.4 mg		
— 地場産物の活用について —			
<p>当日の提供にあたっては、三戸郡ふるさと元気給食として、三戸郡6町村が統一日で実施した。より多くの青森県産品を使うことができるように配慮し、児童生徒に県産品について知ることができるような献立内容とした。</p>			

