


報告書1(6月・11月)

実施月日	令和7年6月13日			
市町村名	新郷村	施設名	新郷村立新郷小学校	
対象学校	小学校		対象人員	78
ふるさと産品名	米	牛乳	しじみ貝	豆腐
	みそ	青森県産メンチカツ	アップルシャーベット	切り干し大根
食材使用数	11		ふるさと産品数	8
献立名	ごはん	牛乳	しじみ汁	
	青森県産メンチカツ	切り干し大根のサラダ	アップルシャーベット	
献立名	材料名	分量 g	作り方	
ごはん	米	80.0	① 米を洗い炊飯する。	
	水	120.0		
牛乳	牛乳	206.0	配食する。	
しじみ汁	しじみ貝	30.0	① しじみ貝はよく洗う。豆腐はさいの目に切る 長ねぎは洗い、小口に切る ② しじみ貝を入れ、あくを取りながら煮る ③ 豆腐、みそ、長ねぎを入れ、味を調える	
	豆腐	25.0		
	長ねぎ	14.0		
	和風だし	0.8		
	みそ	4.3		
メンチカツ	青森県産メンチカツ	60.0	① 揚げる。配食する。	
	揚げ油	6.0		
切り干し大根のサラダ	切り干し大根	2.7	① 切り干し大根を戻し、ゆでて冷やす キャベツは1センチ幅に切る。 きゅうり、にんじんは千切りにする。 ② 野菜をゆで、冷やす。 ③ ドレッシングで和える。	
	キャベツ	25.0		
	きゅうり	10.0		
	にんじん	5.0		
	和風ドレッシング	6.0		
アップルシャーベット	アップルシャーベット	30.0	配食する。	
栄養価			写真	
エネルギー	668 Kcal	亜鉛	3.9 mg	
たんぱく質	23.6 g	ビタミンA	123 μgRE	
(14.1 %)	ビタミンB1	0.41 mg	
脂質	22.7 g	ビタミンB2	0.51 mg	
(30.6 %)	ビタミンC	22 mg	
マグネシウム	87 mg	食物繊維	3.6 g	
カルシウム	342 mg	食塩相当量	2.2 g	
鉄	3.3 mg			
— 地場産物の活用について —				
・6月は青森県産の野菜類が少ない時期なので、乾物や冷凍野菜などの活用をしていきたい。				