

報告書1(6月・11月)

実施月日	令和7年11月13日			
市町村名	弘前市	施設名	青森県立弘前聾学校	
対象学校	弘前聾学校	対象人員	24	
ふるさと産品名	学校給食用精米 牛乳	長いも	鶏肉	
	豚もも肉 糸こんにゃく	りんごちゃん	切干大根 長ねぎ にんじん	
食材使用数	12	ふるさと産品数	10	
献立名	麦ごはん	牛乳	長いもの鶏汁	
	県産ごぼう入り信田煮	切り干し大根と豚肉の炒め	りんごちゃん	
献立名	材料名	分量 g	作り方	
麦ごはん	学校給食用精米	65.0	【麦ごはん】 ① 洗米する ② 麦を足して分量の水を入れて炊飯する ③ 盛り付ける	
	無圧ペン精麦(強化)	5.0		
	水	88.2		
牛乳	牛乳	206.0		
長いもの鶏汁	県産長いもダイスカット	40.0	【長いもの鶏汁】 ① 鶏肉は料理酒で炒め煮にする ② 各材料をカットする にんじん→いちょう切り ねぎ→斜め切り ③ 長いもは解凍する ④ ①の鍋に水とにんじんを入れて煮る ⑤ にんじんに火が通ったら長いもを加える ⑥ だしの素とみそで味を調える ⑦ 最後にねぎを入れ一煮立ちさせる	
	長ねぎ	15.0		
	にんじん	8.0		
	鶏肉 細切れ	20.0		
	料理酒	1.0		
	ほんだし	1.0		
	おろししょうが	0.5		
	白みそ	7.0		
県産ごぼう入り信田煮	県産ごぼう入り信田煮	50.0	【県産ごぼう入り信田煮】 ① 真空パックをボイルする ② 皿に盛り付ける	
切り干し大根と豚肉の炒め	青森県産切干大根	5.0	【切り干し大根と豚肉の炒め】 ① 切り干し大根はぬるま湯で戻しておく ② にんじんを千切りにする ③ 鍋に油をしき、具材を炒める ④ 調味料で味を調える	
	にんじん	10.0		
	豚もも肉うす切り	20.0		
	糸こんにゃく	10.0		
	ごま油	1.0		
	上白糖	1.0		
	料理酒	1.0		
	こいくちしょうゆ	3.0		
りんごちゃん	りんごちゃん	40.0		
栄 養 価			写 真	
エネルギー	661 Kcal	亜鉛	3 mg	
たんぱく質	25.2 g	ビタミンA	242 μgRE	
(15.2 %)	ビタミンB1	0.69 mg	
脂質	20.3 g	ビタミンB2	0.49 mg	
(27.6 %)	ビタミンC	126 mg	
マグネシウム	157 mg	食物繊維	5.7 g	
カルシウム	437 mg	食塩相当量	2.6 g	
鉄	5.5 mg			
— 地場産物の活用について —				
<p>・とり汁は県産の野菜や肉をふんだんに使用し、みそを控えめにしても食材のうまみたっぷりです満足感があるようにしました。</p> <p>・県産食材を使用した信田煮とりんごちゃんは子どもたちでも食べやすく、おいしそうに食べていました。</p>				

《給食だより》

さんびんきゅうしょく ひ
ふるさと産品給食の日

がつ にち
11月13日

じっし
実施



《ごはん》^{あおもりけんさん}ごはんは青森県産のはれわたります。

《牛乳》^{あおもりけんさん}萩原乳業の牛乳です。

《長いものとり汁》

^{あおもりけんさん}青森県産のとり肉と長いものを使用したみそ汁です。

《県産ごぼう入り信田煮》

^{あおもりけんさん}青森県産ごぼう、^{こくさん}国産の野菜ととり肉、^{ぶたにく}ぶた肉を使用しています。

《切り干し大根とぶた肉の炒め》

^{あおもりけんさん}青森県産の切り干し大根とぶた肉を使った炒め物です。

《りんごちゃん》^{あおもりけんさん}青森県産りんごの果肉・果汁・ピューレを使用したりんごゼリーです。

^{にちがい}13日以外にも給食ではたくさんの^{あおもりけんさん}青森県産の^{しょくざい}食材や^{あおもりけん}青森県で作られた^{しょくざい}食材が使用されています。
^{あおもりけん}青森県のおいしい^{しょくざい}食材を味わっていただきましょう。



《食堂前一口メモ》

さんびんきゅうしょく ひ
ふるさと産品給食の日



なが
長いもの

^{あおもりけん}青森県は長いものがたくさんとれます。

とくに^{とわだし}十和田市、^{みさわし}三沢市などを

中心とした^{なんぶちほう}南部地方で、

たくさんつくられています。

^{なま}生のままだとサクサクねばねば^{しょつかん}食感ですが、

^{かねつ}加熱するとほくほくねっとりとした^{しょつかん}食感になります。

^{きょう}今日は長いもの入りのとり汁です。おいしくいただきましょう。

