

報告書1(11月)

実施月日	令和7年11月18日				
市町村名	大鰐町		施設名		
対象学校	大鰐小学校 大鰐中学校		対象人員	373人	
ふるさと産品名	ごはん	牛乳	鶏肉の生姜みそ焼き	豚肉	大根
	にんじん	こんにゃく	しょうゆ	キャベツ	ねぎ
	切干大根	油揚げ	みそ	あおもりぷりん	
食材使用数	15		ふるさと産品数	14	
献立名	ごはん	牛乳	鶏肉の生姜みそ焼き	豚肉と大根の煮物	
	せんぎり汁	あおもりぷりん			
献立名	材料名	分量 g	作り方		
ごはん	給食米		<ul style="list-style-type: none"> 蒸し器で40分程度蒸す。 豚肉におろし生姜と清酒をもみこんでおく。 米油で豚肉を炒め、にんじん、だいこんを入れて混ぜたら、水を入れてやわらかくなるまで煮る。 火が通ったら、乱切りこんにゃくを入れ、調味料で味をつける。 最後に枝豆とごま油を入れる。 キャベツ、にんじんは太千切りにする。 切干大根は水で戻しておく。 だしをとり、にんじんを入れ火が通ったらキャベツ、切干大根、油揚げの順に入れていく。 調味料を入れる。 最後にねぎを入れる。 		
牛乳	牛乳	206.0			
鶏肉の生姜みそ焼き	鶏肉の生姜みそ焼き	50.0			
豚肉と大根の煮物	豚もも肉	15.0			
	だいこん	30.0			
	にんじん	8.0			
	乱切りこんにゃく	15.00			
	冷凍むき枝豆	5.00			
	冷凍おろし生姜	0.3			
	しょうゆ	3.8			
	清酒	1.0			
	三温糖	0.8			
	和風だしの素	0.2			
せんぎり汁	でんぷん	0.8			
	ごま油	0.4			
	米油	0.2			
	キャベツ	20.0			
	にんじん	10.0			
	ねぎ	10.0			
	切干大根	1.0			
	油揚げ	4.0			
焼きいりこパック	2.0				
白みそ	4.1				
赤みそ	3.8				
いりこだし	0.3				
あおもりぷりん	あおもりぷりん	40.0			
栄 養 価			写 真		
エネルギー	606 Kcal	亜鉛	3 mg		
たんぱく質	25.9 g	ビタミンA	231 μgRE		
(17.1 %)	ビタミンB1	0.64 mg		
脂質	19.4 g	ビタミンB2	0.51 mg		
(28.81 %)	ビタミンC	20 mg		
マグネシウム	120 mg	食物繊維	3.3 g		
カルシウム	409 mg	食塩相当量	2.6 g		
鉄	2.9 mg				
— 地場産物の活用について —					
<p>・しょうゆとみそは地元の業者(マルシチ)で製造されたものです。 青森県産の大豆を使用して作られています。</p>					

<放送資料>

青森県では、6月と11月を「食育月間」としています。

わたしたちのふるさと「青森県」は、豊かな自然に囲まれ、多くのおいしい食べ物を生み出しています。ふるさとの恵みについて考え、大切に作る気持ちを持ちたいですね。今月は、青森県産の食材をたくさん使用した給食になっています。

<食育だより>



11月18日は、『ふるさと産品給食の日』です！

みなさんは、大崎町や青森県の地場産物が何かを知っていますか？
みなさんに、地場産物のことを理解してもらうため、学校給食では、6月と11月に「ふるさと産品給食の日」をもうけています。



★11月18日(火)の献立★

ごはん
鶏肉のしょうがみそ焼き
豚肉と大根の煮物
せんざり汁、
牛乳、あおもりぷりん



写真はイメージです

この日の給食は、青森県でとれた食材や、青森県内で加工された食材を使用した献立になっています。この日以外にも、大崎町産・青森県産の食材をたくさん使いました。給食に関わっている方々に感謝しながら給食を食べましょう。

