

報告書1(6月・11月)

実施月日	令和7年11月20日		施設名	横浜町学校給食センター			
市町村名	横浜町		施設名	横浜町学校給食センター			
対象学校	横浜小学校	横浜中学校	対象人員	255人			
ふるさと産品名	精白米	牛乳	にんじん	ごぼう	じゃがいも		
	木綿豆腐	小松菜	長ねぎ	白みそ	さめの煮つけ		
	だいこん	鶏肉	大豆	しょうゆ	りんご		
食材使用数	16		ふるさと産品数	15			
献立名	ごはん		牛乳	さめの煮つけ			
	大根のそぼろ煮		根菜汁	カットりんご			
献立名	材料名	分量g	作り方				
ごはん	学校給食用精白米	75.0	① 洗米、浸漬、炊飯をする。				
牛乳	牛乳	206.0					
さめの煮つけ	さめの煮つけ	30.0	① さめの煮つけをスチコンで30分蒸す。				
大根のそぼろ煮	だいこん	75.0	① 大根はいちょう切り1cmに切って下茹でしておく。				
	サラダ油	1.0					
	おろし生姜	0.9	② 釜にサラダ油、おろし生姜、鶏ひき肉、もどしておいた大豆ミート、酒を入れて炒める。				
	鶏ひき肉	15.0					
	大豆ミート	1.8					
	清酒	1.0	③ 砂糖、しょうゆ、ぴかいちで味付けし、そこに下茹でした大根を入れて煮込む。				
	上白糖	8.0					
	しょうゆ	2.0	④ でんぷんでとろみをつけ、グリーンピースを入れて煮る。				
	ぴかいち	0.7					
	グリーンピース	3.0					
根菜汁	でんぷん	1.2					
	サラダ油	1.0	① にんじんはいちょう切り、ごぼうはさがき、じゃがいも、豆腐はさいのめ、長ねぎは小口切り、小松菜は3cmにカットしておく。				
	にんじん	10.0	② 釜にサラダ油、にんじん、ごぼう、じゃがいも、豆腐を入れて炒める。				
	ごぼう	8.0					
	じゃがいも	35.0	③ 水を入れ、じゃがいもが煮えるまで火を通す。小松菜、和風だしの素、白みそ、しょうゆで味を整え、最後に長ねぎを入れる。				
	木綿豆腐	30.0					
	小松菜	10.0					
	和風だしの素	0.4					
	白みそ	7.1					
	しょうゆ	0.7					
カットりんご	長ねぎ	8.0					
	カットりんご	30.0					
栄養価			写真				
エネルギー	604 Kcal	亜鉛	3 mg				
たんぱく質	25.5 g	ビタミンA	252 μgRE				
(16.9 %)	ビタミンB1	0.32 mg				
脂質	19.3 g	ビタミンB2	0.51 mg				
(28.70 %)	ビタミンC	85 mg				
マグネシウム	796 mg	食物繊維	7.7 g				
カルシウム	348 mg	食塩相当量	1.9 g				
鉄	2.5 mg						
— 地場産物の活用について —							
<p>ごはんは横浜町産のまっしぐら、牛乳は青森県産のものを使用しています。また、さめの煮つけは青森県産のさめ、煮物や汁物に入る大根、にんじん、ごぼう、小松菜、鶏肉、大豆、味噌は青森県産のものを、汁物のじゃがいもと長ねぎは横浜町でとれたものです。それにデザートは青森県が誇るりんごをつけました。</p>							

【放送資料】

11月号	放送原稿	
20木	こんだてごはん	ぎゅうにゅう
	こんさいじる	
	さめのにつけ	
	だいこんのそぼろに	カットりんご

●ふるさと産品給食の日

学校給食では、私たちの地元である青森県内でとれた農林水産物をできるだけ使うようにしています。今日は横浜町でとれたものも入れた「ふるさと産品の日」献立にしました。ごはんは、横浜町産の「まっしぐら」を炊いています。また、汁物に入っている「じゃがいも、長ねぎ」も横浜町でとれた新鮮な野菜です。その他にも、牛乳やりんごなど青森県でとれたものをふんだんに使いました。どうぞ、ふるさとの味を楽しんで食べて下さい。

【食育だより】

11月20日は
「ふるさと産品給食の日」



- ・ごはん
- ・根菜汁
- ・大根のそぼろ煮
- ・牛乳
- ・さめの煮つけ
- ・りんご

学校給食では、地元青森県内でとれた農林水産物をできるだけ使うようにしています。

11月20日は特に「ふるさと産品給食の日」献立にしました。

まず、ごはんは横浜町でとれたお米「まっしぐら」を炊いています。主菜は、青森県産の「さめ」の煮つけ。

副菜は、青森県産の「だいこん」「鶏ひき肉」を炒めたそぼろ煮です。

汁ものは、青森県産の「にんじん、ごぼう、豆腐」と横浜町産の「長ねぎ、じゃがいも」が入った根菜汁。

デザートは、日本一の青森県産のりんごです。生産してくれた人たちに感謝の気持ちを忘れずに食べましょう。

感謝の気持ちを忘れずに食べましょう。

地域で生産された食材を
その地域で消費することを
「地産地消」と
いいます。遠くから輸送しない
ので新鮮な状態で手に入り、
環境への負担も減らせます。

11月の横浜町産の食材

- ・米（まっしぐら）
- ・じゃがいも
- ・長ねぎ

