

報告書1(6月・11月)

実施月日	令和7年11月14日		
市町村名	田子町	施設名	田子町立学校給食センター
対象学校	小学校1校	中学校1校	対象人員 272
ふるさと産品名	米	いわし梅おかか煮	長いも
	小松菜	干し椎茸	卵
	赤味噌	白味噌	牛乳
食材使用数	15	ふるさと産品数	14
献立名	ごはん	いわし梅おかか煮	長いものそぼろ煮
	牛乳	りんごちゃん	かきたまみそ汁

献立名	材料名	分量 g	作り方
ご飯	学校給食用精白米	70.0	
牛乳	牛乳	206.0	
いわし梅おかか煮	いわし梅おかか煮	40.0	① スチコンで加熱する
長いものそぼろ煮	豚ひき肉	10.0	① 長いもは、袋から出す。 ② 玉ねぎは5mmスライス、人参は銀杏切り 小松菜は1cmに切る。 ③ 釜に油を熱して豚ひき肉を炒める。 さらににんじん、玉ねぎを加えて炒め。 火が通ったら、長いも、小松菜、干し椎茸、 を加えて炒め、調味料を加えて煮る。 ④ 水溶きでんぷんを加えてとろみをつける。
	長いも(冷凍乱切り)	50.0	
	玉ねぎ	20.0	
	にんじん	10.0	
	小松菜	3.0	
	干し椎茸	0.7	
	三温糖	0.7	
	みりん	1.1	
	こいくち醤油	2.1	
	キャノーラ油	0.2	
でんぷん	0.8		
かきたまみそ汁	冷凍全卵	20.0	① 釜に水を張り、だしをとる。 ② たまねぎは3mmスライスにする ほうれん草は洗浄解凍する。 ③ ①に②を加えて加熱し、みそ、だしで 味を整え、仕上げに卵でとじる。
	ほうれん草(冷)	16.0	
	たまねぎ	10.0	
	白味噌	2.1	
	赤味噌	4.0	
	かつおだしパック	3.2	
	和風だしの素	0.8	

栄 養 価	
エネルギー	630 Kcal
たんぱく質	27.3 g
(	20.0 %)
脂質	17.0 g
(	22.00 %)
マグネシウム	92 mg
カルシウム	397 mg
鉄	2.7 mg
亜鉛	3 mg
ビタミンA	273 μgRE
ビタミンB1	0.54 mg
ビタミンB2	0.56 mg
ビタミンC	134 mg
食物繊維	4.5 g
食塩相当量	1.9 g



— 地場産物の活用について —

・田子町では、JA八戸田子店の直売部会と連携し、町内産の野菜を優先して購入しています。

・「三戸郡ふるさと元気給食」として、三戸郡6町村や青森県の特産品を活用した献立にしました。

## 【放送資料】

私たちの住む青森県には、米、野菜、くだもの、魚、肉や牛乳、などおいしい食材がたくさんとれます。給食でも青森県や田子町でとれたものをたくさん使っています。特に1年の中でも県産食材がたくさん出回る11月は、青森県の食育月間です。そこで今日は「ふるさと産品給食の日」としてこんだてをたてました。

青森県産品では牛乳、ぶたにく、長いも、こまつな、にんじん、干し椎茸、卵、ほうれん草、りんごちゃんゼリー、田子町産では米を使いました。なんと、たまねぎ以外はすべて青森県産品です！

また三戸郡では「三戸郡ふるさと元気給食」と名付けて実施(じっし)しています。三戸郡内の町と村でおいしい食材を集めて給食を作りました。今年は階上町の干し椎茸を使いました。今日は三戸郡内の小中学校すべてで同じメニューです。

田子町や青森県の、全国にほこれるたくさんの農林水産物(のうりんすいさんぶつ)、そしてそれらを食材として作られる郷土料理(きょうどりょうり)などをみなさんに知ってもらい、ふるさとにほこりを持ってほしいという願いがこめられています。