

千産千消デー実施報告書

学校名または共同調理場名

松戸市立第一中学校

1 献立

献立	
ごはん（粒すけ）	
千葉の海苔佃煮	
千葉県産いわしカレー風味フライ	
さつま芋入りひじきの炒り煮	
千葉の白玉キムチスープ	
ひとくちミルクプリン苺味	
牛乳	

2 地場産物を活用した料理のレシピ

(1) 料理名 千葉県産いわしカレー風味フライ (2) 1人分の材料 いわしフィレ 40 g 清酒 2 g 食塩 0.06 g カレー粉 0.05 g こしょう 0.01 g 小麦粉 3 g 牛乳 3 g 乾燥パン粉 8 g 揚げ油	(3) 作り方 ①魚に下味（清酒・食塩・カレー粉・こしょう）をつける。 ②小麦粉と牛乳を混ぜて衣を作る。 ③①の魚に②の衣をつけてパン粉をつけて揚げる。
--	--

3 給食で活用した地場産物（県内農林水産物）

品 目	地場産物の割合（金額ベース）
精白米 いわし ひじき にんじん さつまいも だいこん 白玉 長ねぎ 海苔の佃煮 ミルクプリン 牛乳	82%

4 千産千消デーで実施した食に関する指導の概要

・千産千消デーの給食掲示。
・配付物にて千産千消デーの説明。
・給食時間の教室訪問（千葉県産の食材について）。

5 11月の指導回数

12回

6 その他

・特になし。

千産千消デー実施報告書

学校名または共同調理場名

松戸市立第二中学校

1 献立

献立	
さつまいもご飯	
いわしの春巻	
茎わかめのきんぴら	
のりあえ	
豚汁	
みかん	
牛乳	

2 地場産物を活用した料理のレシピ

(1) 料理名 いわしの春巻 (2) 1人分の材料 鰯フィレ 30 g 酒 1 g 赤味噌 2 g 砂糖 0.8 g ねぎ 5 g いりごま 1 g 春巻の皮 12.5 g 小麦粉 1 g 水分 3 g 揚げ油 3 g	(3) 作り方 ①鰯に下味をつけておく。 ②ねぎみそをつくる。 ③春巻きの皮に鰯をおき、うえにねぎみそをぬって巻く。 ④油で揚げる。
---	---

3 給食で活用した地場産物（県内農林水産物）

品目	地場産物の割合（金額ベース）
米 さつまいも 鰯 ねぎ にんじん キャベツ 小松菜 のり だいこん 里芋 牛乳	60%

4 千産千消デーで実施した食に関する指導の概要

千産千消デーの掲示物を作成し、掲示。
給食だよりを活用して千産千消についてや千葉の産物について紹介をした。
千産千消と千葉の産物についての授業を行った。
献立表への記載。

5 11月の指導回数

9回

6 その他

千葉の地場産物を使った献立を生徒が作り、給食で提供する。

千産千消デー実施報告書

学校名または共同調理場名 松戸市立第三中学校

1 献立

献立	
ごはん	
いわしの蒲焼	
春雨サラダ	
味噌汁	
フルーツポンチ	
牛乳	

2 地場産物を活用した料理のレシピ

(1) 料理名	(3) 作り方
いわしの蒲焼	①いわしに酒としょうが汁を振って下味をする。
(2) 1人分の材料	②いわしにでんぷん和小麦粉を混ぜた衣をつけて油で揚げる。
いわし開き 50 g あじさいねぎ 3 g	③タレの調味料を煮立てて、しょうが汁、あじさいねぎの小口切りを入れる。
酒 2 g 水分 15 g	④水で溶いたでんぷんを入れてとろみをつける。
しょうが(下味用) 0.5 g でんぷん 0.5 g	⑤揚げたいわしにタレをかける。
でんぷん 3.5 g	
小麦粉 1.5 g	
大豆白絞油 4 g	
しょうゆ 3 g	
みりん 1 g	
三温糖 0.5 g	
しょうが(調理用) 0.8 g	

3 給食で活用した地場産物(県内農林水産物)

品目	地場産物の割合(金額ベース)
精白米 いわし さつまいも 小松菜 長ねぎ あじさいねぎ かぶ 牛乳	61%

4 千産千消デーで実施した食に関する指導の概要

給食だよりに千産千消デーの給食内容を掲載した。
献立表に千産千消デーの取り組みについて掲載した。
当日の給食で使用した千葉県食材の実物を食堂に展示した。
当日の昼の放送で千産千消の給食内容について紹介をした。
当日使用したあじさいねぎを給食時間訪問をして生徒へ説明をした。

5 11月の指導回数

5回

6 その他

特になし。

千産千消デー実施報告書

学校名または共同調理場名

松戸市立第四中学校

1 献立

献立	
ごはん（粒すけ） いわしのさんが焼き ひじきの炒め煮 小松菜の海苔和え 千葉の野菜の味噌汁 お米のムース（りんご） 牛乳	

2 地場産物を活用した料理のレシピ

（１）料理名 いわしのさんが焼き （２）１人分の材料 まいわしすり身 26 g 白いりごま 1 g ぶたももひき肉 22 g ながねぎ 15 g おろししょうが 0.3 g 卵 4 g 白みそ 4 g 清酒 1 g みりん 0.9 g 乾燥パン粉 3 g 上白糖 1.74 g	（３）作り方 ①長ねぎをみじん切りにする。 ②いわしすり身、ぶたひき肉、長ねぎ、おろししょうが、卵、調味料、パン粉をボールに入れてよく混ぜ合わせる。 ③②を小判型に成形して上からごまを振りかける。 ④オーブンで焼く。
--	--

3 給食で活用した地場産物（県内農林水産物）

品 目	地場産物の割合（金額ベース）
精白米（粒すけ） まいわし ながねぎ 卵 にんじん こまつな きゃべつ さつまいも 牛乳	77%

4 千産千消デーで実施した食に関する指導の概要

給食だよりで千産千消デーの献立と郷土料理、特産物について説明。
使用した千葉県産食材料の掲示。

5 11月の指導回数

2回

6 その他

特になし。

千産千消デー実施報告書

学校名または共同調理場名

松戸市立第五中学校

1 献立

献立	
ひじきごはん 揚げだし豆腐（あじさい葱） 小松菜のごま和え いわしのつみれ汁 手作り梨ゼリー 牛乳	

2 地場産物を活用した料理のレシピ

(1) 料理名 手作り梨ゼリー (2) 1人分の材料 アガー 1.2 g 上白糖 3.7 g 水分 25 g 梨ピューレ 25 g 和梨缶 8 g ゼリーカップ 1 g	(3) 作り方 ①アガーと砂糖をボールに入れて混ぜる。 ②鍋に規定の水をはり、①を入れて加熱し、溶かす。 ③温めておいた梨ペーストも加えて混ぜる。 ④温度を測定し、ゼリーカップに注いで粗熱をとる。 ⑤冷蔵庫で保管する。
--	--

3 給食で活用した地場産物（県内農林水産物）

品 目	地場産物の割合（金額ベース）
米 ひじき 大根 あじさい葱 小松菜 人参 いわし 梨ピューレ 牛乳	63%

4 千産千消デーで実施した食に関する指導の概要

ビデオを作成し、地産地消や食材について給食の時間に紹介した。
あじさい葱を展示・紹介した。

5 11月の指導回数

7回

6 その他

6月も県民の日になんで地産地消デーを設けている。

千産千消デー実施報告書

学校名または共同調理場名

松戸市立第六中学校

1 献立

献立	
じゃことさつまいものごはん いわしのねぎ味噌焼き 野菜ののり和え 豚汁 みかん 牛乳	

2 地場産物を活用した料理のレシピ

(1) 料理名 いわしのねぎ味噌焼き	(3) 作り方 ①いわしに酒で下味をつける。 ②ねぎをみじん切りにする。 ③ねぎ、赤みそ、白ごま、上白糖、酒を混ぜ合わせる。 ④いわしに③を塗り、春巻きの皮で包む。 ⑤油で揚げる。
(2) 1人分の材料 いわしフィレ 25 g 清酒（下味用） 1 g ながねぎ 10 g 赤みそ 4 g 白いりごま 2 g 上白糖 1.8 g 清酒（調理用） 0.6 g 春巻きの皮 12.5 g 油 3 g 小麦粉 1 g	

3 給食で活用した地場産物（県内農林水産物）

品目	地場産物の割合（金額ベース）
米 小松菜 のり 牛乳 にんじん さつまいも ねぎ キャベツ いわし	61%

4 千産千消デーで実施した食に関する指導の概要

給食だよりに千産千消のことを記載。
給食サンプル前に千葉県産物を紹介。

5 11月の指導回数

2回

6 その他

6月の県民の日に地場産物を活用した。

千産千消デー実施報告書

学校名または共同調理場名

松戸市立小金中学校

1 献立

献立	
小松菜とじゃこのごはん	
いわしのかば焼き	
さつま芋のきんぴら	
小松菜の磯和え	
千葉の野菜味噌汁	
菊花みかん	
牛乳	

2 地場産物を活用した料理のレシピ

(1) 料理名 千葉の野菜味噌汁	(3) 作り方 ①だしをとる。 ②だし汁にいちょう切りにしたさといも、にんじんを入れ煮る。 ③火が通ったら、色紙切りにした生揚げ、ざく切りにしたキャベツを加える。 ④味噌を加えあじを整える。 ⑤小口切りにしたあじさいねぎを加え、仕上げる。
(2) 1人分の材料 さといも 15 g きゃべつ 15 g にんじん 5 g 生揚げ 20 g あじさいねぎ 10 g 白みそ 3.5 g 赤みそ 3.5 g 厚けずり 4 g 水分 140 g	

3 給食で活用した地場産物（県内農林水産物）

品目	地場産物の割合（金額ベース）
米 牛乳 まいわし さつまいも キャベツ あじさいねぎ のり	60%

4 千産千消デーで実施した食に関する指導の概要

食育だよりに千産千消について掲載。
地産地消についての掲示物作成。

5 11月の指導回数

5回

6 その他

6月の千葉県民の日にあわせて、千葉県の特産物を取り入れた献立を実施。
1月の給食週間にあわせて、千葉県の特産物を取り入れた献立を実施。

千産千消デー実施報告書

学校名または共同調理場名

松戸市立常盤平中学校

1 献立

献立	
ごはん	
いわしの更紗揚げ	
小松菜の海苔和え	
いものこ汁	
白玉黒蜜きな粉	
牛乳	

2 地場産物を活用した料理のレシピ

(1) 料理名 いわしの更紗揚げ (2) 1人分の材料 いわし 50 g 酒 1.5 g しょうゆ 1.5 g 生姜 0.6 g 片栗粉 7 g カレー粉 0.4 g 揚げ油 3 g	(3) 作り方 ①いわしに、酒、しょうゆ、生姜で下味をつける。 ②片栗粉とカレー粉を合わせた衣をつける。 ③油で揚げる。
--	--

3 給食で活用した地場産物（県内農林水産物）

品 目	地場産物の割合（金額ベース）
米 牛乳 いわし 小松菜 大根 里芋 のり 白玉	77%

4 千産千消デーで実施した食に関する指導の概要

給食時間の放送で地場産物活用をお知らせ。
給食だよりに地産地消の取り組みを紹介。
給食サンプル前に使用した千葉県産物を紹介。

5 11月の指導回数

3回

6 その他

2学年家庭科で献立作成（旬や地場産物の活用）の授業を実施し、給食に取り入れる。

千産千消デー実施報告書

学校名または共同調理場名

松戸市立栗ヶ沢中学校

1 献立

献立	
ごんじゅうごはん あじのさんが焼き 千葉野菜の紅白なます 千葉のさつまいも味噌汁 牛乳	

2 地場産物を活用した料理のレシピ

(1) 料理名 ごんじゅうごはん	(3) 作り方 ①洗米し、こいくちしょうゆとだし用こんぶを入れて炊飯する。 ②かつお節はオーブンで焼き、細くなるようにくずす。 ③ぶたばら肉と油揚げはそれぞれ1cmの短冊状に切る。 ④ぶたばら肉と油揚げを調味料で煮る。 ⑤炊きあがったごはんに、②と④を混ぜ合わせる。
(2) 1人分の材料 精白米 90 g かつお節 1 g こいくちしょうゆ（炊飯用） 2 g だし用こんぶ 0.4 g 水分 106 g ぶたばら肉 10 g 油揚げ 10 g こいくちしょうゆ（調理用） 2 g 三温糖 1 g みりん 1 g 清酒 1 g	

3 給食で活用した地場産物（県内農林水産物）

品目	地場産物の割合（金額ベース）
精白米 ぶたばら肉 とりももひき肉 あじすり身 ながねぎ だいこん にんじん とりもも肉 さつまいも こまつな 牛乳	70%

4 千産千消デーで実施した食に関する指導の概要

給食だよりで千産千消デーの取り組みや献立内容について紹介した。
給食献立表で千産千消デーの取り組みや献立内容について告知した。
生徒の給食委員会で千産千消デーの取り組みや献立内容について紹介し、掲示物を作成した。
食堂入り口で千産千消デーの取り組みや献立内容について紹介する掲示物を掲示した。
学校ホームページで千産千消デーの取り組みや献立内容について紹介した。

5 11月の指導回数

5回

6 その他

6月の千葉県民の日に合わせて、千葉県の地場産物を使った給食を提供した。

千産千消デー実施報告書

学校名または共同調理場名

松戸市立六実中学校

1 献立

献立	
里芋ご飯	
鰯の梅しそフライ	
ほうれん草のじゃこがけ	
千葉の野菜汁	
スイートポテト	
牛乳	

2 地場産物を活用した料理のレシピ

(1) 料理名 鰯の梅しそフライ (2) 1人分の材料 いわし開き 40 g 大豆白絞油 4 g 梅ペースト 1 g しその葉 0.8 g 小麦粉 5 g 食塩 0.09 g こしょう 0.05 g 卵 5 g ゆかり 0.8 g 生パン粉 10 g 乾燥パン粉 2 g	(3) 作り方 ①しその葉はみじん切りにする ②小麦粉・卵・塩・こしょう・梅ペースト・しその葉を合わせて衣を作る ③パン粉とゆかりをあわせておく ④鰯に②③をつけて油で揚げる 170℃ 3分
---	--

3 給食で活用した地場産物（県内農林水産物）

品目	地場産物の割合（金額ベース）
精白米 もち米 里芋 いわし 卵 ほうれん草 大根 さつま芋 キャベツ にんじん 長ねぎ 牛乳	78%

4 千産千消デーで実施した食に関する指導の概要

千産千消デーについて給食だよりに掲載発行した
千産千消デーの給食についての一口メモを掲示した
千葉県の食材マップを掲示した

5 11月の指導回数

5回

6 その他

6月に千葉県産の食材を用いて県民の日の給食を実施した
家庭科の授業で生徒が松戸市の地場産物（葱・小松菜・ほうれん草・かぶ・大根）を使った給食献立をたてた（1月以降の給食で実施予定）

千産千消デー実施報告書

学校名または共同調理場名

松戸市立小金南中学校

1 献立

献立	
セルフお好み焼き風かき揚げ丼（生徒考案メニュー）	
大根サラダ	
具だくさん味噌汁	
ナタデココ	
牛乳	

2 地場産物を活用した料理のレシピ

（１）料理名	（３）作り方
セルフお好み焼き風かき揚げ丼（生徒考案メニュー）	①キャベツ・にんじんは千切り・あじさい葱は、斜め切りにしておく。
（２）１人分の材料	②①に桜えび・紅しょうが・かつおぶしを加え、小麦粉・卵・水を加えてかき揚げの生地を作る。
精白米 100 g 水分 7 g	③クッキングシートの上にかき揚げを並べ、油で中まで確実に温度を上げる。
豚バラ肉 15 g 揚げ油 5 g	④豚バラ肉は、油で炒めグラタン皿に盛り付ける。
キャベツ 65 g 醤油 3 g	⑤和風の出汁で作ったたれとお好み焼きソース・マヨネーズを合わせて加熱しておく。
あじさい葱 5 g みりん 3 g	⑥④にかき揚げを一つずつ置き、直前にたれをかけて仕上げる。
にんじん 5 g 三温糖 1 g	
桜エビ 2 g 清酒 5 g	
紅ショウガ 3 g 出汁用削り 2 g	
かつお節 0.5 g 水分 5 g	
液卵 7 g ハーフマヨネーズ 3 g	
小麦粉 11 g お好み焼きソース 1 g	

3 給食で活用した地場産物（県内農林水産物）

品 目	地場産物の割合（金額ベース）
キャベツ 牛乳 長ねぎ あじさい葱 米 小松菜 豚バラ肉 大根 にんじん	53%

4 千産千消デーで実施した食に関する指導の概要

生徒が考案した給食メニューを地産地消週間に取り入れた。（全163作品）この料理も生徒考案メニュー。
給食だよりで紹介。
1週間分の生徒考案メニューを事前に紹介（クラス掲示用作成）。
当日の一口メモ・当日作成時の写真等の掲示。

5 11月の指導回数

11回

6 その他

①7月に家庭科で地産地消の授業を行い、夏休みに地産地消の材料を使い、南中メニューを考え、作った物を写真を添えてレポート作成。
②11月にあじさい葱農家さん・栄養教諭との地元野菜の活用とSDGsについてコラボ授業。
③地産地消週間に生徒考案の献立実施。以外にも（11月に6人・12月に5人・1月にも給食週間に千葉県メニューとして実施予定）。

千産千消デー実施報告書

学校名または共同調理場名 松戸市立古ヶ崎中学校

1 献立

献立	
いわしのかば焼き丼	
小松菜のごま酢和え	
さつま汁	
牛乳プリン	
牛乳	

2 地場産物を活用した料理のレシピ

(1) 料理名 いわしのかば焼き丼	(3) 作り方 ①米は炊飯する ②いわしに粉をまぶし揚げる ③たれを沸かす ④卵を蒸す ⑤のりを焼く ⑥皿にごはんを盛りたれにつけたいわしをのせる ⑦卵とのりをのせる
(2) 1人分の材料	
米 100 g きざみのり 1.2 g	
麦 10 g	
いわし 60 g	
でんぶん 5 g	
油 3.5 g	
しょうゆ 5 g	
砂糖 2 g	
みりん 2 g	
しょうが 0.3 g	
錦糸卵 25 g	

3 給食で活用した地場産物（県内農林水産物）

品目	地場産物の割合（金額ベース）
米 牛乳 いわし のり こまつな さつまいも ねぎ だいこん にんじん 牛乳プリン	90%

4 千産千消デーで実施した食に関する指導の概要

校内放送を活用し、地産地消について紹介（千葉県には、多くの農産物が栽培されていること等）
給食の時間に食堂・ランチの巡回
千葉の産物の掲示物を作成し、掲示

5 11月の指導回数

12回

6 その他

特になし

千産千消デー実施報告書

学校名または共同調理場名

松戸市立牧野原中学校

1 献立

献立	
この炊き込みごはん 鮭の塩焼き ひじきの炒り煮 かぼちゃの甘煮 あったか味噌汁 スイートポテト 牛乳	

2 地場産物を活用した料理のレシピ

(1) 料理名 スイートポテト (2) 1人分の材料 さつまいも 60 g 有塩バター 4 g 上白糖 4 g 生クリーム 3.2 g 舟形アルミ 1 g	(3) 作り方 1. さつまいもは蒸してつぶす 2. バター、砂糖、生クリームを加える 3. アルミカップに入れ焼く 200度10分～15分
--	--

3 給食で活用した地場産物（県内農林水産物）

品目	地場産物の割合（金額ベース）
精白米 白麦 ひじき にんじん だいこん ねぎ さつまいも 牛乳	43%

4 千産千消デーで実施した食に関する指導の概要

千産千消についてを献立ボードで説明
配膳時、千産千消についての動画を流す

5 11月の指導回数

5回

6 その他

掲示物作成
給食だよりの活用

千産千消デー実施報告書

学校名または共同調理場名

松戸市立河原塚中学校

1 献立

献立	
さつまいもごはん	
いわしのかば焼き	
キャベツと小松菜の昆布和え	
味噌汁	
オレンジ	
牛乳	

2 地場産物を活用した料理のレシピ

(1) 料理名 さつまいもごはん	(3) 作り方 ①米を洗米し、浸水させる。 ②①に水分・昆布・清酒・食塩を加え、炊飯する。 ③さつまいもは、茹でておく。 ④ゴマは炒めておく。 ⑤炊きあがったご飯に、③・④を加え混ぜる。
(2) 1人分の材料 精白米 90 g もち米 20 g 水分 120 g だし用昆布 0.3 g 清酒 1.5 g 食塩 0.4 g さつまいも 30 g 黒いりごま 1.5 g	

3 給食で活用した地場産物（県内農林水産物）

品目	地場産物の割合（金額ベース）
精白米 もち米 いわし さつまいも キャベツ ながねぎ さといも 牛乳	59%

4 千産千消デーで実施した食に関する指導の概要

食育だよりに掲載。
地場産の食品紹介。
郷土料理の紹介。

5 11月の指導回数

12回

6 その他

特になし。

千産千消デー実施報告書

学校名または共同調理場名 松戸市立根木内中学校

1 献立

献立	
千葉県産ハーブ鶏のスタミナ丼	
ひじきの炒り煮	
千葉の恵みたっぷり味噌汁	
梨	
牛乳	

2 地場産物を活用した料理のレシピ

(1) 料理名 千葉県産ハーブ鶏のスタミナ丼	(3) 作り方 ①ご飯を炊く。 ②小松菜は5mmにカットし茹でる。冷凍菜の花もざく切りしてゆでる。 ③鶏肉は、酒と生姜汁で下味をつけておく。 ④肉に粉をつけて、揚げる。175℃5分 ⑤生姜から下の調味料を合わせて火にかけたれを作り、揚げた肉にからめる。 ⑥ご飯に②とごまを混ぜ、⑤の肉をのせる。
(2) 1人分の材料	
精白米 100g 米粉 2.4g	
白麦強化 4g 大豆白絞油 3g	
菜飯の素 2g 生姜（調理用） 0.5g	
小松菜 10g にんにく 0.5g	
冷凍菜の花 10g 醤油 4g	
白いりごま 2g みりん 2g	
鶏むね肉 50g 三温糖 2g	
酒（下味用） 2g 酒（調理用） 4g	
生姜（下味用） 0.2g 水 8g	
でんぷん 5.5g だし用厚割り 0.1g	

3 給食で活用した地場産物（県内農林水産物）

品目	地場産物の割合（金額ベース）
米(粒すけ) 小松菜 冷凍菜の花 とりむね 人参 長葱 大根 里芋 さつま芋 梨 牛乳	72%

4 千産千消デーで実施した食に関する指導の概要

給食だよりで千産千消の取り組みや地場産物について紹介。
当日使用の地場産物の紹介。
当日、給食一口メモを掲示。
産地マップを食堂に掲示。
献立表に記載。

5 11月の指導回数

18回

6 その他

6月の県民の日にちなで地場産物を活用した。
1月の学校給食週間に地場産物や郷土食を活用する予定。

千産千消デー実施報告書

学校名または共同調理場名

松戸市立新松戸南中学校

1 献立

献立	
ごはん	
いわしのあじさいねぎソースかけ	
小松菜ときゃべつの辛子和え	
千葉産汁	
みかん	
牛乳	

2 地場産物を活用した料理のレシピ

(1) 料理名				(3) 作り方	
いわしのあじさいねぎソースかけ				①いわしに酒をふりかけ冷蔵保管。でんぶん・小麦粉・米粉を混ぜた粉につけて油で揚げる。	
(2) 1人分の材料				②にんにくとしょうがはおろし、あじさいねぎは小口切りにする。	
まいわしフィレ	20g	3枚	60 g	穀物酢	2.5 g
清酒			2 g	三温糖	2 g
でんぶん			4 g	ごま油	0.3 g
小麦粉			2.5 g		
米粉			2.5 g		
大豆白絞油			4 g		
あじさいねぎ			6 g		
しょうが			0.5 g		
にんにく			0.5 g		
こいくちしょうゆ			3 g		
				にんにくとしょうが、調味料を入れて煮立たせ、最後にあじさいねぎを入れる。	
				③①に②をかける。	

3 給食で活用した地場産物（県内農林水産物）

品 目				地場産物の割合（金額ベース）
米	まいわし	あじさいねぎ	きゃべつ	70%
豚肉	だいこん	さつまいも	牛乳	

4 千産千消デーで実施した食に関する指導の概要

・家庭科の授業で、栄養士から給食の地場産物の使用について説明を聞き、地場産物を取り入れた献立作成を行いました。
・給食中の放送で、給食に使用している地場産物の紹介を行いました。
・千産千消デーや地場産物に関する1口メモを作成し、給食配膳場所に掲示しました。
・給食だよりに、地場産物についての授業の内容等を掲載しました。

5 11月の指導回数

6回

6 その他

・家庭科の授業で生徒が作成した、地場産物を利用した献立は、1月頃の給食に提供予定です。

千産千消デー実施報告書

学校名または共同調理場名

松戸市立金ヶ作中学校

1 献立

献立	
親子丼	
小松菜ののり和え	
呉汁	
みかん	
牛乳	

2 地場産物を活用した料理のレシピ

(1) 料理名	(3) 作り方	
親子丼	①ごはんを炊く	
(2) 1人分の材料	②だし汁をとる	
米	95 g	酒 2 g
麦	9 g	塩 0.2 g
鶏肉	35 g	みりん 1 g
卵	50 g	削り節 2 g
たまねぎ	70 g	水分 30 g
人参	10 g	
小松菜	10 g	
なると	20 g	
こいくちしょうゆ	4 g	
三温糖	2 g	
	③だし汁に肉、野菜を入れて火を通す	
	④調味料を加えて煮る	
	⑤卵を加えて火を通す	
	⑥仕上げに小松菜を加える	

3 給食で活用した地場産物（県内農林水産物）

品目				地場産物の割合（金額ベース）
米	鶏肉	卵	小松菜	62%
のり	大根	牛乳		

4 千産千消デーで実施した食に関する指導の概要

給食だよりの掲載
献立表の掲載
当日の給食一口メモ
家庭科授業にて千産千消の説明

5 11月の指導回数

5回

6 その他

特になし

千産千消デー実施報告書

学校名または共同調理場名

松戸市立和名ヶ谷中学校

1 献立

献立	
ゆかりごはん アジフライ キャベツのレモン和え きんぴらごぼう 味噌汁 オレンジ 牛乳	

2 地場産物を活用した料理のレシピ

(1) 料理名 キャベツのレモン和え (2) 1人分の材料 キャベツ 40 g にんじん 5 g レモン果汁 3 g 三温糖 0.5 g オリーブ油 1.8 g 塩 0.3 g こしょう 少々 g	(3) 作り方 ① キャベツは1cm幅の千切り、にんじんも千切りにする。 ② レモン果汁・三温糖・オリーブ油・食塩・こしょうは合わせて煮立て、粗熱をとった後、冷蔵庫で冷やす。 ③ キャベツとにんじんは、それぞれ茹でた後、水冷し水気を絞り、冷蔵庫で冷やす。 ④ ②と③を和える。
---	--

3 給食で活用した地場産物（県内農林水産物）

品目	地場産物の割合（金額ベース）
精白米 あじ キャベツ にんじん ながねぎ こまつな 牛乳	70%

4 千産千消デーで実施した食に関する指導の概要

・その日の給食に使用している地場産物についての説明を食堂に掲示した。

5 11月の指導回数

10回

6 その他

・10月に2年生の家庭科の授業（献立作成）の中で、地場産物を活用する良さについて話をした。

千産千消デー実施報告書

学校名または共同調理場名

松戸市立旭町中学校

1 献立

献立	
イワシのハンバーグ	
千葉の新米ごはん	
小松菜ののり和え	
千葉丸さといも汁	
梨のゼリー	
牛乳	

2 地場産物を活用した料理のレシピ

(1) 料理名 イワシのハンバーグ	(3) 作り方 ①しょうが、玉ねぎ、人参をみじんにして、サラダ油で炒め、粗熱をとる。 ②イワシに酒をふり、①の炒めた野菜、鶏ひき肉、白みそ、豆乳、塩、こしょうをまんべんなく練り合わせる。 ③②の材料で1個1個小判型に形を作り、オーブンで220℃20分～30分中心までしっかり焼く。 ④水、ケチャップ、ソース、しょうゆ、白ワイン、砂糖、トマトピューレ、辛子粉、ソースを加熱し、コーンスターチでとろみをつける。 ⑤配食時に④のソースをかけて提供する。
(2) 1人分の材料	
イワシ 30g	こしょう 0.05g
清酒（下味用） 0.5g	パン粉 8g
白みそ 0.5g	清酒（調理用） 0.5g
しょうが 4g	サラダ油 1g
鶏ひき肉 30g	トマトケチャップ 3.54g
クラッシュ大豆 7g	中濃ソース 3.5g
たまねぎ 20g	しょうゆ 0.7g
にんじん 5g	白ワイン 0.7g
豆乳 10g	上白糖 0.7g
塩 0.3g	水分 7g

3 給食で活用した地場産物（県内農林水産物）

品目	地場産物の割合（金額ベース）
米 さといも もやし 小松菜 だいこん 梨 海苔 牛乳 にんじん いわし	70%

4 千産千消デーで実施した食に関する指導の概要

1.給食だよりを発行した。
2.校内放送を活用した。
3.食育だよりを発行した。
4.千産千消の展示をした。

5 11月の指導回数

5回

6 その他

特になし。

千産千消デー実施報告書

学校名または共同調理場名

松戸市立小金北中学校

1 献立

献立	
ごはん	
いわしのコーンフレイクフライ	
千葉県産のりの和え物	
千葉県産野菜の味噌汁	
みかん	
牛乳	

2 地場産物を活用した料理のレシピ

(1) 料理名			(3) 作り方	
千葉県産野菜の味噌汁			①だしをとり、だいこんとにんじん、えのきを入れる。	
(2) 1人分の材料			②さつまいもを入れて煮る。	
だいこん	15 g	赤みそ	4 g	③下茹でした生揚げを入れる。
にんじん	5 g	だし用こんぶ	0.9 g	④キャベツを入れて調味する。
ながねぎ	15 g	だい用厚けずり	3 g	⑤仕上げにねぎ、茹でたこまつな、戻したわかめを入れる。
キャベツ	20 g	水分	150 g	
さつまいも	20 g			
えのきたけ	5 g			
生揚げ	12 g			
カットわかめ	0.6 g			
こまつな	12 g			
白みそ	4 g			

3 給食で活用した地場産物（県内農林水産物）

品 目				地場産物の割合（金額ベース）
米	牛乳	いわし	冷凍殺菌液卵	71%
こまつな	キャベツ	のり	だいこん	
ながねぎ	さつまいも			

4 千産千消デーで実施した食に関する指導の概要

給食だよりを発行。
毎日の献立と使用した千葉県産食材の紹介。

5 11月の指導回数

5回

6 その他

6月に県民の日メニューとして、千葉県産の食材を取り入れた献立を実施。