

千産千消デー実施報告書

学校名または共同調理場名

柏市立柏第一小学校

1 献立

献立	
牛乳	
赤飯	
柏幻霜パークメンチカツ	
なないろサラダ	
かぶのすり流し汁	
柏梨ゼリー	

2 地場産物を活用した料理のレシピ

(1) 料理名 かぶのすり流し汁	(3) 作り方 ①削り節とだし昆布でだしをとる。 ②かぶの葉を茹でて、冷却する。 ③だしを加熱し、鶏肉を入れあくをとる。 ④人参、えのきを加える。 ⑤調味料を少量加え、豆腐を入れる。 ⑥残りを調味料加え、すりおろしたかぶ、長ねぎを入れる。 ⑦水溶きでんぶんを加え、とろみをつける。 ⑧味をととえ、かぶの葉を入れる。
(2) 1人分の材料	
鶏肉（千切り） 10 g 塩 0.4 g	
豆腐（さいの目切り） 18 g 削り節 2.7 g	
人参（いちょう切り） 5 g だし昆布 0.2 g	
えのき（1/2） 4 g 水 90 g	
かぶ（おろし） 30 g でんぶん 0.8 g	
長ねぎ（小口切り） 10 g 水 1.6 g	
かぶの葉（2 c m） 10 g	
しょうゆ 2 g	
酒 0.4 g	
みりん 0.3 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）
牛乳 もち米 米 豚肉 かぶ かぶの葉 長ねぎ 梨	76%

4 千産千消デーで実施した食に関する指導の概要

給食委員会がプレゼンテーションソフトを使用し、地場産物や地域のことについて発表
校内放送、給食メモで地場産物について説明
地場産物を使用した献立の写真、説明を入れた給食だよりを配信
予定献立表に地場産物についての説明を記載
市制70周年を意識し、地域のこと地場産物に関することの掲示物の掲示

5 11月の指導回数

8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

柏市立柏第二小学校

1 献立

献立	
牛乳 ごはん 鰯の蒲焼 塩こんぶ和え 打ち豆汁 みかん	

2 地場産物を活用した料理のレシピ

(1) 料理名 鰯の蒲焼	(3) 作り方 ①鰯はでん粉をつけて、170℃で4～5分揚げる。 ②しょうゆ、砂糖、酒、みりん、生姜の搾り汁を加熱して、たれを作る。 ③揚げた鰯をたれにくぐらせる。
(2) 1人分の材料 鰯 40 g でん粉 4 g 大豆油 2 g しょうゆ 6 g 砂糖 5 g 酒 2 g みりん 2 g 生姜（搾り汁） 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）
牛乳 米 鰯 ねぎ 大根	71%

4 千産千消デーで実施した食に関する指導の概要

給食の時間、給食メモ、校内放送を活用し、地産地消について説明
給食の時間における学級訪問

5 11月の指導回数

7回

6 その他

新米の時期に、地元の米ができるまでの様子を給食の時間に説明

千産千消デー実施報告書

学校名または共同調理場名

柏市立柏第三小学校

1 献立

献立	
牛乳 ご飯 千葉県産ぶりの照焼き 小松菜のおひたし かぶ入り呉汁 小魚	

2 地場産物を活用した料理のレシピ

(1) 料理名 かぶ入り呉汁	(3) 作り方 ①削り節でだしをとる。 ②大豆は軟らかく茹で、フードプロセッサーでみじん切りにしておく。 かぶの葉は2cm程度に切って下茹でしておく。 ③だし汁で人参（いちよう切り）、ごぼう（ささがき）を煮る。 じゃが芋（いちよう切り）、油揚げ（短冊切り）も加える。 ④じゃが芋が煮えてきたら、みじん切りにした大豆とみその半量を加える。 ⑤かぶ（いちよう切り）を加え、煮すぎないうちに残りのみそを加え、調味を確認して、かぶの葉を加えて煮立て、仕上げる。
(2) 1人分の材料 大豆 乾 7g 赤色辛みそ 1.8g 油揚げ 10g かぶ 20g かぶ（葉） 7g にんじん 8g じゃが芋 20g ごぼう 5g 削り節 3g 水 100g 淡色辛みそ 4.46g	

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）
牛乳 米 かぶ 小松菜 にんじん キャベツ ぶり かぶの葉	84%

4 千産千消デーで実施した食に関する指導の概要

・給食メモや給食だよりの活用
・授業の実践（献立作成に関する授業で地場産物についても言及）
・ホームページの活用
・市制70周年記念献立に併せて、給食委員会で地場産物の紹介動画を作成し、各学級で閲覧

5 11月の指導回数

18回

6 その他

・給食では柏産の米を使用している。
・献立に地場産物を取り入れ、献立表や給食メモで周知。毎日のクラス巡回で話をしている。

千産千消デー実施報告書

学校名または共同調理場名

柏市立柏第四小学校

1 献立

献立	
牛乳 お赤飯 柏幻霜パークのメンチカツ なないろサラダ かぶのすり流し汁 柏の梨ゼリー	

2 地場産物を活用した料理のレシピ

(1) 料理名 かぶのすり流し汁	(3) 作り方 ①削り節とだし昆布でだしをとる。 ②かぶの葉(2cmカット)を下茹でする。 ③だしを加熱し、鶏肉(千切り)をバラバラに入れ、あくを取る。 ④人参(いちょう切り)、えのきたけ(2.5cmカット)を加える。 ⑤調味料を少量加え、豆腐(さいのめ切り)を入れる。 ⑥残りの調味料を加え、すりおろしたかぶ、長葱(小口切り)を入れる。 ⑦水溶きでん粉を加え、とろみをつける。 ⑧味を調えかぶの葉を入れる。
(2) 1人分の材料 鶏モモ肉 10g 食塩 0.4g 豆腐 18g 削り節 2.7g 人参 5g だし昆布 0.2g えのきたけ 4g 水 90g かぶ根 30g でん粉 0.8g 長葱 8g 水 1.6g かぶ葉 8g しょうゆ 2g 清酒 0.4g みりん 0.3g	

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)
牛乳 米 豚肉 かぶ根 かぶ葉 長葱 梨	70%

4 千産千消デーで実施した食に関する指導の概要

校内放送で地場産物について説明した。(かぶ、長葱、梨、柏幻霜パークについて)
地場産物について資料を掲示した。
職員会議で担任に地産地消の目的を周知し、各クラスで指導してもらった。

5 11月の指導回数

13回

6 その他

7月に4年生が柏市産のとうもろこしの皮むき体験を行い、給食で提供した。
毎月、有機米を提供している。

千産千消デー実施報告書

学校名または共同調理場名

柏市立柏第五小学校

1 献立

献立	
牛乳	
鰯ごはん	
千葉野菜の煮物	
三色和え	
かぶのみそ汁	
ひとくち焼きいも	

2 地場産物を活用した料理のレシピ

(1) 料理名 鰯ごはん (2) 1人分の材料 米 60 g 白麦 2 g 鰯 10 g でん粉 0.5 g 揚げ油 1 g しょうゆ 2 g 酒 2 g 砂糖 0.8 g しょうが(おろし汁) 0.5 g 水 3 g	(3) 作り方 ①米は洗って、吸水させる。(分量の1.15倍の水)吸水後炊く。 ②いわしはフィレ1cm幅のものを使用。でん粉をつけて180℃の油で揚げる。 ③しょうゆ・酒・砂糖・しょうがのおろし汁・水を合わせて加熱しておく。 ④炊きあがったごはん、2と3を入れて混ぜ合わせる。
--	---

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)
牛乳 米 いわし 豚肉 かぶ かぶの葉 大根 里芋 こまつな キャベツ さつまいも	81%

4 千産千消デーで実施した食に関する指導の概要

給食メモを作成し、昼の放送で地産地消メニューの紹介。
献立表、ホームページで内容の紹介。
チーバ君のパベットや千葉県地図のボードを持参し、教室巡回。

5 11月の指導回数

14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

柏市立柏第六小学校

1 献立

献立	
牛乳 ごはん いわしの蒲焼き 五目煮 柏野菜のみそ汁 りんご	

2 地場産物を活用した料理のレシピ

(1) 料理名 柏野菜のみそ汁 (2) 1人分の材料 かぶ 根 15 g かぶ 葉 3 g はくさい 15 g ねぎ 5 g ほうれんそう 8 g 米みそ 赤色辛みそ 3.2 g 米みそ 淡色辛みそ 3.5 g 削り節(だし用) 3 g 水 100 g	(3) 作り方 ①削り節でだしをとる。 ②かぶの葉とほうれんそうは2 cmにカットし、それぞれ下茹でする。 ③だし汁をわかし、2 cmの短冊に切ったはくさいの芯を入れる。 ④煮えてきたら、味噌を少し入れて味をみる。 ⑤0.5 cm幅のいちょう切りにしたかぶを入れる。 ⑥ざく切りにしたはくさいの葉、0.3 cm斜め切りにしたねぎを入れる。 ⑦ゆでたほうれんそう、かぶの葉を加える。 ⑧残りの味噌を入れ、仕上げる。
---	--

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 かぶ かぶの葉 ほうれんそう 長ねぎ	74%

4 千産千消デーで実施した食に関する指導の概要

お昼の放送で、地場産物について説明(千葉県でとれる食材について)
給食の時間における学級訪問
給食メモを各クラスに配付
献立表への記載

5 11月の指導回数

13回

6 その他

柏市産の米を使用している。

千産千消デー実施報告書

学校名または共同調理場名

柏市立光ケ丘小学校

1 献立

献立	
牛乳	
ごはん	
すずきのおろしかけ	
小松菜の柚子香和え	
どさんこ汁	
いり大豆	

2 地場産物を活用した料理のレシピ

(1) 料理名 すずきのおろしかけ	(3) 作り方 ①揚げ油を190℃に余熱 ②すずきに片栗粉をまぶす。 ①の油で②をからりと揚げる。 ③おろしだれをつくる。 大根は、すりおろす。水分が多ければかるく絞る。 鍋にみりん、清酒を入れ火にかけアルコールをとばす。 砂糖、しょうゆを加え煮溶かし、だいこんおろしを加える。 ゆっくり加熱し、水分をとばし味を整える。 ④揚げたすずきに③のおろしだれをかける。 ※おろしだれは濃度がゆるい場合は、水溶性片栗粉で濃度を調整する。
(2) 1人分の材料 すずき切り身 50 g 片栗粉 2 g 揚げ油 適宜 g だいこん 30 g しょうゆ 1.5 g 砂糖 1 g 清酒 0.5 g みりん 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 牛乳 すずき 大根	75%

4 千産千消デーで実施した食に関する指導の概要

・給食メモで全校放送を行い、地場産物活用を周知した。
・クラス巡回を行い、千葉県産の水産物（すずき）について紹介した。
・地場産物動画をクラスで視聴できるようにした。
・千産千消デーでは、千葉県認証のエコ米（こだわり田中）を提供した。

5 11月の指導回数

16回

6 その他

・米は毎日柏市産を使用。

千産千消デー実施報告書

学校名または共同調理場名 柏市立土小学校

1 献立

献立	
牛乳 赤飯 柏幻霜パークのメンチカツ ひじきと彩り野菜の和え物 かぶのすり流し汁 柏の梨ゼリー	

2 地場産物を活用した料理のレシピ

(1) 料理名 かぶのすり流し汁	(3) 作り方 ①削り節とだし昆布でだしをとる。 ②かぶの葉を青茹でする。 ③だしを加熱し、肉をバラバラに入れ、あくをとる。 ④にんじん、えのきたけを加える。 ⑤調味料を少量加え、豆腐を入れる。 ⑥残りの調味料を加え、すりおろしたかぶ、ねぎを入れる。 ⑦水溶きでん粉を加え、とろみをつける。 ⑧味をととのえ、かぶの葉を入れる。 ⑨味、温度を確認し、仕上げる。
(2) 1人分の材料 鶏肉（千切り） 8g 塩 0.4g 豆腐（角切り） 15g 削り節 3g にんじん（いちょう切） 5g だし昆布 0.2g えのきたけ（3cm切り） 5g 水 90g かぶ（おろし） 30g でんぷん 0.7g ねぎ（小口切り） 10g 水 1.4g かぶの葉（2cm切り） 10g しょうゆ 2g 酒 0.4g みりん 0.3g	

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 豚肉 ひじき にんじん ほうれんそう キャベツ かぶ かぶの葉 梨	73%

4 千産千消デーで実施した食に関する指導の概要

献立表を活用し、地産地消について説明（旬の食べ物は栄養が豊富にある）
給食時間における学級訪問
給食メモでのクイズやお知らせ
校内放送の活用し、地産地消について説明

5 11月の指導回数

12回

6 その他

給食では柏産の米を使用している。
柏市三大野菜を多く使用した給食を提供し、三大野菜のクイズ動画を流しながら説明した。

千産千消デー実施報告書

学校名または共同調理場名

柏市立富勢小学校

1 献立

献立	
牛乳	
ごはん	
すずきのフライ	
菜の花あえ	
里芋とたまごのみそ汁	
カリカリ大豆	

2 地場産物を活用した料理のレシピ

(1) 料理名 里芋とたまごのみそ汁 (2) 1人分の材料 <table> <tr><td>里芋</td><td>20 g</td></tr> <tr><td>鶏卵</td><td>15 g</td></tr> <tr><td>玉ねぎ</td><td>20 g</td></tr> <tr><td>冷凍豆腐</td><td>10 g</td></tr> <tr><td>ほうれん草</td><td>10 g</td></tr> <tr><td>白みそ</td><td>3 g</td></tr> <tr><td>赤みそ</td><td>3 g</td></tr> <tr><td>けずり節</td><td>3 g</td></tr> <tr><td>だし昆布</td><td>0.07 g</td></tr> <tr><td>水</td><td>95 g</td></tr> </table>	里芋	20 g	鶏卵	15 g	玉ねぎ	20 g	冷凍豆腐	10 g	ほうれん草	10 g	白みそ	3 g	赤みそ	3 g	けずり節	3 g	だし昆布	0.07 g	水	95 g	(3) 作り方 ①水にだし昆布を浸水させておく。火をつけ沸騰する直前に昆布を取り、沸騰したところにけずり節を加え、ひと煮たちしたら火を止めてだし汁をとる。 ②たまごは1個ずつ割り、よく溶く。周りの衛生に注意をする。 ③里芋はいちょう切り、玉ねぎは短冊切り、ほうれん草は1cmカットして下ゆでする。 ④釜にだし汁をいれ、玉ねぎを加熱する。 ⑤里芋を加え加熱する。 ⑥みその一部を加え、豆腐を加える。 ⑦味を調えて、たまごを流しいれ火をとおす。 ⑧ゆでたほうれん草を加え、仕上げる。
里芋	20 g																				
鶏卵	15 g																				
玉ねぎ	20 g																				
冷凍豆腐	10 g																				
ほうれん草	10 g																				
白みそ	3 g																				
赤みそ	3 g																				
けずり節	3 g																				
だし昆布	0.07 g																				
水	95 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）
牛乳	米	すずき	冷凍菜の花	95%
キャベツ	こまつな	さといも	鶏卵	
玉ねぎ	ほうれん草	冷凍豆腐	ゆで大豆	

4 千産千消デーで実施した食に関する指導の概要

給食メモ「もりもりだより」を配布し千葉県産や柏市産の食材について周知をはかっている。
地場産物について、給食時間での放送で紹介してもらう。
給食時間における学級訪問で声掛けをする。
柏産のお米、3種類を3日間提供し食べ比べをおこなう。

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

柏市立田中小学校

1 献立

献立	
牛乳	
ご飯	
いわしのかば焼き	
かぶのそぼろ煮	
さつまいものみそ汁	
早香	

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	(3) 作り方 ①酒、みりん、きび砂糖、しょうゆ、水を加え、弱火で10分程度煮詰め最後にしょうが汁を加え、たれを作る。 ②ごまをオーブンで焼く。150度16分程度。 ③いわしに酒で下味をつける。 ④③にでん粉、米粉をつけて油で揚げる。175度7分。 ⑤④をたれにつけてごまをふる。
(2) 1人分の材料	
いわし開き 40 g 水 1.8 g	
酒 3 g 白いりごま 0.5 g	
でん粉 5 g	
米粉 2.5 g	
大豆油 3 g	
酒 0.6 g	
みりん 1.2 g	
きび砂糖 1.8 g	
しょうゆ 3 g	
しょうが 0.38 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 米粉 豚肉 かぶ さつまいも ねぎ かぶの葉	80%

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、地産地消について説明（旬の食べ物は栄養が豊富にある）
給食時間における学級訪問
給食メモの配布
給食委員会による掲示物の作成
食育だよりで地産地消について説明（柏市の特産品について）

5 11月の指導回数

21回

6 その他

5年生が地域の田んぼで田植え、稲刈り体験をしている。

千産千消デー実施報告書

学校名または共同調理場名

柏市立田中北小学校

1 献立

献立	
牛乳 サフランライス ヒラメのパン粉焼き アメリケーヌソース にんじんのグラッセ さつまいものポタージュ	

2 地場産物を活用した料理のレシピ

(1) 料理名 ヒラメのパン粉焼き アメリケーヌソース	(3) 作り方 ①ひらめは食塩・こしょうで下味を付ける。 ②下味を付けたヒラメにオリーブ油を塗り、パン粉をまぶしてオープンで焼く。(180℃15分/200℃5分) ③アメリケーヌソースはパイヨンと生クリームを加えて加熱する。食塩・こしょうで味を調える。 ④焼いたヒラメにソースをかける。
(2) 1人分の材料 ひらめ 40 g 食塩 0.3 g こしょう 0.03 g オリーブ油 1 g パン粉 3 g アメリケーヌソース 3 g チキンパイヨン 0.3 g 生クリーム 1 g 食塩 0.1 g こしょう 0.01 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）
牛乳 米 ひらめ 人参 さつまいも	93%

4 千産千消デーで実施した食に関する指導の概要

給食時間における学級訪問
配付献立表に千産千消デーについて記載

5 11月の指導回数

12回

6 その他

千産千消デーでは千葉県産の有機人参を使用した。
市制70周年を記念し、本市の地場産物であるかぶ・ねぎ・ほうれんそう・梨・ブランド豚（柏幻霜ポーク）を使用した共通の献立を実施した。

千産千消デー実施報告書

学校名または共同調理場名

柏市立土南部小学校

1 献立

献立	
牛乳	
地場産野菜のカレーライス	
かぶのサラダ	
アセロラゼリー	
大豆小魚	

2 地場産物を活用した料理のレシピ

(1) 料理名				(3) 作り方	
かぶのサラダ				①すりおろしたたまねぎと調味料は合わせて加熱し、温度確認後冷却する。	
(2) 1人分の材料				②サラダ油、オリーブ油は合わせて加熱し、温度確認後冷却する。	
かぶ 根	26 g	こしょう	0.01 g	③かぶの根は角切り、かぶの葉は2 c m、にんじんは角切りに切る。	
かぶ 葉	4 g	きび砂糖	0.05 g	ハムは角切りに切る。	
ロースハム	8 g	しょうゆ	0.2 g	③野菜はそれぞれ加熱し、温度確認後冷却する。	
にんじん	7 g	からし 粉	0.05 g	④ハムも加熱し、温度確認後冷却する。	
コーン缶	10 g	たまねぎ	0.5 g	⑤かぶを約1/4のたれで下和えし、水を切る。	
オリーブ油	0.3 g			⑥ハム、にんじん、コーン缶を加え合わせ、残りのたれで本和えし、仕上げる。温度確認をする。	
サラダ油	0.5 g				
穀物酢	0.7 g				
レモン果汁	0.2 g				
食塩	0.28 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	大豆	かぶ 根	52%
こまつな	ねぎ	豚肉	かぶ 葉	

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、給食委員会が千葉県産の食材を使用したメニューであることを説明
給食の時間における学級訪問

5 11月の指導回数

2回

6 その他

6年生の家庭科の授業で、献立を立てる時の工夫点について栄養士から説明する際に、「地産地消」についての説明を行った。

千産千消デー実施報告書

学校名または共同調理場名

柏市立柏第七小学校

1 献立

献立	
牛乳	
赤飯	
ねぎだくジュシーから揚げ	
ひじきと彩り野菜の和え物	
かぶのすり流し汁	
みかん	

2 地場産物を活用した料理のレシピ

(1) 料理名				(3) 作り方	
ねぎだくジュシーから揚げ				①鶏肉を調味液（おろしにんにく、しょうがのおろし汁、しょうゆ、酒）に漬け込んでおく。	
(2) 1人分の材料				②鶏肉にでん粉をつけて油で揚げる。165℃8分	
鶏もも皮なし切り身	50 g	しょうゆ	2.5 g	③ごま油をひき、おろしにんにく、みじん切りにしたねぎの順に入れ、辛味がなくなるまで炒める。	
にんにく	0.1 g	上白糖	2 g	④調味料を加え、水分がなくなるまで煮詰める。	
しょうが	0.1 g	酢	2.5 g	⑤鶏肉を盛り付け、上に4のたれをかける。	
酒	1 g				
しょうゆ	0.5 g				
でん粉	6 g				
揚げ油	3 g				
ごま油	0.3 g				
にんにく	0.1 g				
ねぎ	15 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）
牛乳	米	もち米	鶏肉	71%
ねぎ	ひじき	キャベツ	かぶ	
かぶの葉				

4 千産千消デーで実施した食に関する指導の概要

給食メモや給食だよりで地場産物の紹介をした。
給食時間に学級訪問し、柏三大野菜のパベットを使用して指導した。
担任に目的を周知し、各クラスで指導してもらった。
3年生総合の学習で、動画（地域のかぶ農家のかぶづくりについて）を視聴させ、紹介した。

5 11月の指導回数

15回

6 その他

通年、お米は柏市産を使用している。5年生にお米のリーフレットを配付し紹介した。
2年生が柏市産のとうもろこしの皮むきをし、給食に提供した。

千産千消デー実施報告書

学校名または共同調理場名

柏市立柏第八小学校

1 献立

献立	
牛乳	
さつまいもご飯	
鰯の蒲焼き	
柏野菜のサラダ	
大根の味噌汁	
りんご	

2 地場産物を活用した料理のレシピ

(1) 料理名 鰯の蒲焼き (2) 1人分の材料 鰯開き 50 g 片栗粉 4 g 揚げ油 2 g (たれ) 醤油 3.5 g 上白糖 3.5 g 水 2.2 g みりん 2 g しょうが 0.6 g	(3) 作り方 ①たれの調味料を合わせて加熱し、たれを作る。とろみが出てくるまで十分に煮詰める。 しょうがは、おろし汁にして仕上げに加える。 ②鰯の背の部分が割けないように気をつけながら片栗粉を薄く付けて揚げる。 ③揚げたての魚にたれを絡める。
---	--

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 かぶ 牛乳 かぶの葉 鰯 大根 さつまいも 小松菜	71%

4 千産千消デーで実施した食に関する指導の概要

給食時間の校内放送を活用して地産地消について説明（柏市で多く生産されている作物について）
給食の時間における学級訪問
地場産物についてのクイズを作成し、各階の廊下に掲示

5 11月の指導回数

15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

柏市立酒井根小学校

1 献立

献立	
牛乳	
ごはん	
柏幻霜パークのメンチカツ	
磯香和え	
かぶの味噌汁	
柏の梨ゼリー	

2 地場産物を活用した料理のレシピ

(1) 料理名 かぶの味噌汁	(3) 作り方 ①油揚げは油抜きをする。削り節で、だしをとる。 ②2cmカットしたかぶの葉は、茹でて水取りし衛生的に保管する。 ③だしを煮立て、1/2スライスした玉ねぎ、いちょう切りしたじゃがいも、油揚げを加え煮る。アクをとる。 ④芋に七分通り火が通ったら、味噌半量を加え、いちょう切りしたかぶの根を加える。 ⑤残りの味噌を加え、かぶの葉を加える。 かぶは火の通りが早いので手早く作業する。 ⑥味、温度の確認をし、仕上げる。
(2) 1人分の材料 じゃがいも 20g 油揚げ 5g たまねぎ 15g かぶ 根 20g かぶ 葉 3g 赤色辛みそ 3g 淡色辛みそ 3.8g 削り節 3g 水 100g	

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 豚肉 こまつな にんじん のり かぶ 根 かぶ 葉 梨	86%

4 千産千消デーで実施した食に関する指導の概要

柏市制70周年給食だより配付
予定献立表にて、地産地消について説明
日々クラスに給食ニュース配付

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

柏市立西原小学校

1 献立

献立	
牛乳 ごはん かぶの葉ふりかけ 柏幻霜パークのメンチカツ ひじきと彩野菜のあえもの かぶのかきたま汁 柏の梨ゼリー	

2 地場産物を活用した料理のレシピ

(1) 料理名 かぶの葉ふりかけ	(3) 作り方 ①かぶの葉とかぶの皮はみじん切りにする。かぶの葉は下茹でする。 ②かつお節、ごまは加熱する。 ③ごま油を熱し、かぶの皮、かぶの葉を水分がなくなるまで炒める。 ④油をきったツナと調味料を加え、さらに水分がなくなるまで炒める。 ⑤②のかつお節とごまを加え、混ぜ合わせる。
(2) 1人分の材料 かぶの葉 5 g かぶの皮 1.5 g ツナ 5 g ごま油 0.3 g しょうゆ 2.5 g 砂糖 0.6 g 本みりん 0.45 g かつお節 0.75 g 白ごま 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）
米 牛乳 かぶ かぶの葉 かつお節 豚肉 ひじき ほうれん草 だいこん キャベツ 長ねぎ 鶏卵 梨	85%

4 千産千消デーで実施した食に関する指導の概要

毎日の給食メモ（放送）で、献立で使用了千葉県産や柏市産食材について紹介した。
当日の給食メモ（放送）では、柏市のかぶと柏幻霜パークと、柏の梨ゼリーについて周知した。
献立表で、柏市産の食材について知らせた。給食だよりで、地場産物と千産千消について知らせた。
柏市の野菜や果物に関するクイズを掲示した。
「かぶ」「ほうれん草」「お米」の畑や田んぼでの様子や農家の方の思いを編集した食育動画を視聴した。

5 11月の指導回数

18回

6 その他

給食では柏市産のお米（コシヒカリ、つぶすけ、ふさこがね）を使用している。

千産千消デー実施報告書

学校名または共同調理場名

柏市立旭小学校

1 献立

献立	
牛乳 ごはん 味付けのり いわしの蒲焼き かぶの酢の物 千葉野菜のみそ汁	

2 地場産物を活用した料理のレシピ

(1) 料理名 千葉野菜のみそ汁	(3) 作り方 ①削り節でだしを取る。 ②油揚げはゆでて油抜きし、衛生的に保管する。 ③釜にだし汁を入れる。 ④油揚げ、人参を入れる。 ⑤キャベツ、さつまいも、味噌半量、豆腐を入れる。 ⑥ねぎ、残りのみそを加え、仕上げる。(温度確認)
(2) 1人分の材料 油揚げ(短冊) 5g さつま芋(いちょう) 20g 豆腐(さいの目) 13g にんじん(いちょう) 5g キャベツ(短冊) 10g 長ねぎ(小口) 15g 削り節 3g 水 100g 赤辛みそ 3.3g 白辛みそ 3.4g	

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 鰯 かぶ(根) かぶ(葉) にんじん さつま芋 キャベツ 長ねぎ 海苔	88%

4 千産千消デーで実施した食に関する指導の概要

予定献立表に千産千消デーを行うことを周知した。
給食時間に地産地消に関する情報を放送した。
給食提供時に各クラス用に給食ニュースを配付し、地産地消を推進していることを伝えた。

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

柏市立藤心小学校

1 献立

献立	
牛乳	
ごはん	
かぶの葉とちりめんのふりかけ	
柏幻霜パークのメンチカツ	
ひじきと彩り野菜の和え物	
かぶのすり流し汁	
柏の梨ゼリー	

2 地場産物を活用した料理のレシピ

(1) 料理名 かぶの葉とちりめんのふりかけ (2) 1人分の材料 <table> <tr> <td>かぶの葉</td><td>7 g</td></tr> <tr> <td>ごま油</td><td>0.25 g</td></tr> <tr> <td>しょうゆ</td><td>1.2 g</td></tr> <tr> <td>みりん</td><td>0.5 g</td></tr> <tr> <td>酒</td><td>0.85 g</td></tr> <tr> <td>削り節</td><td>1.5 g</td></tr> <tr> <td>小魚ちりめん</td><td>0.3 g</td></tr> <tr> <td>白いりごま</td><td>2 g</td></tr> </table>	かぶの葉	7 g	ごま油	0.25 g	しょうゆ	1.2 g	みりん	0.5 g	酒	0.85 g	削り節	1.5 g	小魚ちりめん	0.3 g	白いりごま	2 g	(3) 作り方 ①かぶの葉と茎は1 cm幅に切り、ごま油で炒める。 ②ちりめん・ごまをオープンへ入れる。 ③削り節は、ミキサーで細かくし、水分をとばす。 ④鍋を温め、しょうゆ・みりん・酒を入れて、1～3を加え、乾煎りして仕上げる。
かぶの葉	7 g																
ごま油	0.25 g																
しょうゆ	1.2 g																
みりん	0.5 g																
酒	0.85 g																
削り節	1.5 g																
小魚ちりめん	0.3 g																
白いりごま	2 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）
牛乳	米	かぶの葉	豚肉	84%
にんじん	ほうれん草	キャベツ	にんじん	
かぶ	ねぎ	梨		

4 千産千消デーで実施した食に関する指導の概要

校内放送と給食メモで今日の給食の説明
給食時間に地場産物の動画を視聴してもらい、食材や農家さんへの理解を深めた。
給食時間のクラス訪問
当日の午後に実施した献立や食材の説明を載せた食育だよりを配付

5 11月の指導回数

12回

6 その他

給食委員会の児童に地場産物を活用しているレシピを募集し、給食で提供した。
社会や家庭科の授業で千産千消の取り組みについて知らせた。
毎年3年生が近隣のかぶ農家への見学・体験を実施している。

千産千消デー実施報告書

学校名または共同調理場名

柏市立中原小学校

1 献立

献立	
牛乳 ごはん 手作りかぶの葉ふりかけ 鶏肉のかぶおろしソース のり和え さつまいものみそ汁	

2 地場産物を活用した料理のレシピ

(1) 料理名 鶏肉のかぶおろしソース	(3) 作り方 ①鶏もも肉を下味（しょうゆ、酒、すりおろしたしょうがとにんにく）に漬け込む。 ②鉄板にオープンシートをしき、下味をつけた鶏もも肉を並べ、オープンで200℃13分ほど焼く。 ③かぶをすりおろし、加熱する。 ④③にしょうゆ、酒、きび砂糖、みりんを加え、味を調える。 ⑤オープンで焼いた鶏もも肉の上からかぶおろしソースをかける。
(2) 1人分の材料 鶏もも肉 50 g しょうゆ 0.5 g 酒 1 g しょうが 0.2 g にんにく 0.2 g かぶ 30 g しょうゆ 2.5 g 酒 1 g きび砂糖 0.5 g みりん 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）
牛乳 米 かぶ かぶの葉 ほうれんそう 長ねぎ しょうが さつまいも キャベツ 豚肉 鶏肉	91%

4 千産千消デーで実施した食に関する指導の概要

給食メモの配付（千葉県は農林水産物が豊富、当日使用した千葉県産食材について）
校内放送で給食メモの内容を放送
給食の時間における学級訪問
担任に目的を周知し、給食の時間に千産千消についてまとめた動画を流す
献立表への記載

5 11月の指導回数

12回

6 その他

柏市の70周年記念献立として、柏市産のかぶ、ねぎ、幻霜パーク、梨を使用した特別献立を実施した。

千産千消デー実施報告書

学校名または共同調理場名

柏市立酒井根西小学校

1 献立

献立	
牛乳 ごはん いわしのおろし煮 からし和え さつま汁 りんご	

2 地場産物を活用した料理のレシピ

(1) 料理名 いわしのおろし煮 (2) 1人分の材料 いわし開き 40 g 大根 30 g しょうゆ 1 g 酒 2 g しょうが 0.5 g でん粉 7 g 大豆油 3 g しょうゆ 4 g きび砂糖 1 g 酒 3 g みりん 2 g	(3) 作り方 ①いわしに、しょうゆ、酒、しょうが汁の下味をつける。 ②下味を付けたいわしにでん粉をまぶして、170℃で6～7分油で揚げる。 ③大根はすりおろす。 ④大根おろし、しょうゆ、きび砂糖、酒、みりんをしばらく煮てタレを仕上げる。 ⑤揚げたいわしに、④のおろしダレをかけて仕上げる。
---	---

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）
牛乳 米 いわし 大根 キャベツ 長ねぎ さつま芋 小松菜	71%

4 千産千消デーで実施した食に関する指導の概要

給食委員会の校内放送を活用して、地場産物や地産地消について説明した。
給食時間における学級訪問をした。
柏市で収穫される米、かぶ、ほうれん草ができるまでの動画を教室で視聴した。
地産地消献立について、授業で3分程度説明した。
柏市制70周年記念の記念献立のレシピや給食だよりを保護者へ配信した。柏の地場産物の掲示物を作成し掲示した。

5 11月の指導回数

15回

6 その他

6月に4年生で地産地消の授業（千葉県民の日の給食）を、給食主任とTTで実施した。
米は毎月柏市産を使用している。

千産千消デー実施報告書

学校名または共同調理場名

柏市立高田小学校

1 献立

献立	
牛乳	
ご飯	
鰯バーグ おろしソース	
チンゲン菜のごま和え	
かぶのみそ汁	
いり大豆	

2 地場産物を活用した料理のレシピ

(1) 料理名 鰯バーグ おろしソース	(3) 作り方 ①ねぎ、生姜、しそはみじん切りにする。 ②いわしのすり身と鶏ひき肉を粘りが出るまでよくこねる。 ③生姜、ねぎを加えてさらによくこねる。 ④卵、みそ、きび砂糖、酒、しそ、でん粉を加えて全体をよく混ぜる。 ⑤形を整えてカップに入れ、オーブンで200℃18分目安で焼き上げる。 ⑥大根をすりおろし、しょうゆ、上白糖、酒、みりんを加えてよく煮る。 ⑦大根が甘くなるまでよく煮えたら、味を調整し仕上げる。 ⑧焼きあがったいわしバーグに、おろしソースをかけてできあがり。
(2) 1人分の材料	
いわしすりみ 30g しょうゆ 3g	
若鶏もも肉ひき肉 30g 上白糖 1.5g	
ねぎ 15g 酒 1g	
生姜 1.5g みりん 2g	
みそ 1g 大根 35g	
でん粉 2g	
鶏卵 7g	
きび砂糖 1g	
酒 0.5g	
しそ 0.3g	

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 ねぎ 大根 チンゲン菜 かぶ かぶ葉	71%

4 千産千消デーで実施した食に関する指導の概要

校内放送で給食メモを放送した。
各クラスで地場産物について紹介した。
ホームページで紹介した。
給食だよりを発行した。
資料を掲示した。

5 11月の指導回数

12回

6 その他

5月に柏市の野菜、果物について5年生に授業を実施した。
11月に3年生がかぶを使った調理実習を外部講師を呼んで実施した。
千葉県のお米4種類を提供した。

千産千消デー実施報告書

学校名または共同調理場名

柏市立名戸ケ谷小学校

1 献立

献立	
牛乳 ごはん ねぎだれから揚げ かぶのサラダ さつまいものみそ汁 一口牛乳プリン	

2 地場産物を活用した料理のレシピ

(1) 料理名 ねぎだれから揚げ	(3) 作り方 ① とり肉に、Aのにんにく・しょうが・酒・醤油で下味をつけておく。 ② ①に片栗粉をまぶし、170℃程度に熱した油で揚げる。 ※給食では肉は50gの切身を使っているが、唐揚げ用の切身でもよい。 ③ 長ねぎ・にんにくをゴマ油で炒め、Bの醤油・酢・砂糖を加えて煮詰め、たれをつくる。 ④ ②のから揚げに③のたれをかける。
(2) 1人分の材料 鶏むね肉切り身 50 g B醤油 2.5 g Aにんにく（おろす） 0.1 g B酢 2.5 g Aしょうが（おろす） 0.1 g B砂糖 1.9 g A酒 1 g A醤油 0.5 g 片栗粉（衣） 6 g 揚げ油 長ねぎ（みじん） 15 g にんにく（おろす） 0.1 g ゴマ油 0.5 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）
牛乳 米 とり肉 しょうが 長ねぎ にんじん かぶ（根） かぶ（葉） キャベツ チンゲンサイ だいこん さつまいも	79%

4 千産千消デーで実施した食に関する指導の概要

・給食メモで、千産千消デーについて伝え、その日の給食に使用している千葉県産及び 柏市の食材について知らせた。
・昼の校内放送で、栄養士から、地場産物についての話をした。

5 11月の指導回数

20回

6 その他

・柏市の市制70周年を記念して、柏市のブランド豚を使用したメンチカツ、梨のゼリーの特注品を市内の小中学校で使用した。
・給食では基本的に柏市産の米を提供し、野菜も定期的に柏市産のものを使用し、給食メモで日々知らせている。
・地場産のそら豆のさやむきなどの体験活動を行い、給食に使用している。

千産千消デー実施報告書

学校名または共同調理場名

柏市立増尾西小学校

1 献立

献立	
牛乳	
ご飯	
鰯の蒲焼き	
ひじきの炒り煮	
かぶのみそ汁	
炒り大豆	

2 地場産物を活用した料理のレシピ

(1) 料理名 鰯の蒲焼き	(3) 作り方 ①酒・みりんを加熱し煮切る。 ②きび砂糖・しょうゆ・水を加え、弱火で10分程度煮つめる。 ③生姜汁を加え、タレを作る。 ④ごまをオーブンで焼く。 ⑤鰯に酒で下味をつける。 ⑥下味をつけた鰯にでん粉・米粉をつけて油で揚げる。 ⑦タレをかけ、ごまをふる。
(2) 1人分の材料 鰯開き 40 g 水 1.8 g 酒 (下味用) 3 g 白いりごま 0.5 g でん粉 5 g 米粉 2.5 g 大豆油 3 g 酒 0.6 g みりん 1.2 g きび砂糖 2 g しょうゆ 3 g しょうが(しぼり汁) 0.38 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 かぶの葉 牛乳 ながねぎ 鰯 ひじき かぶ	67%

4 千産千消デーで実施した食に関する指導の概要

給食メモを活用する。
給食委員会による給食時間の放送をする。
クラス巡回時に地産地消について話をする。

5 11月の指導回数

10回

6 その他

給食では柏市産の米を使用している。

千産千消デー実施報告書

学校名または共同調理場名 柏市立逆井小学校

1 献立

献立	
牛乳	
ごはん	
幻霜ポークメンチカツ	
千産野菜サラダ	
千切り野菜スープ	
みかん	
いり大豆	

2 地場産物を活用した料理のレシピ

(1) 料理名 千産野菜サラダ (2) 1人分の材料 <table><tr><td>大根（千切り）</td><td>20 g</td></tr><tr><td>きゅうり（千切り）</td><td>10 g</td></tr><tr><td>キャベツ（千切り）</td><td>9 g</td></tr><tr><td>しそ（みじん切り）</td><td>0.1 g</td></tr><tr><td>しょう油</td><td>2.2 g</td></tr><tr><td>酢</td><td>1.8 g</td></tr><tr><td>サラダ油</td><td>1.5 g</td></tr><tr><td>食塩</td><td>0.2 g</td></tr><tr><td>三温糖</td><td>0.1 g</td></tr><tr><td>白いりごま</td><td>1 g</td></tr></table>	大根（千切り）	20 g	きゅうり（千切り）	10 g	キャベツ（千切り）	9 g	しそ（みじん切り）	0.1 g	しょう油	2.2 g	酢	1.8 g	サラダ油	1.5 g	食塩	0.2 g	三温糖	0.1 g	白いりごま	1 g	(3) 作り方 ①野菜はそれぞれ茹で、温度を確認し冷却機にかける。 ②ごまは半ずりにした後、オープンで加熱し温度の確認後、冷ます。 ③調味料類は加熱をして温度を確認し冷ます。 ④野菜全体を和えて、出た水分の水切りを十分に行う。 ⑤④に調味料の1/3量を絡めて出た水分を十分に切る。 ⑥残りの調味料と油でドレッシングを作る。 ⑦十分に水分を切った野菜に⑥のドレッシングとごまを混ぜる。
大根（千切り）	20 g																				
きゅうり（千切り）	10 g																				
キャベツ（千切り）	9 g																				
しそ（みじん切り）	0.1 g																				
しょう油	2.2 g																				
酢	1.8 g																				
サラダ油	1.5 g																				
食塩	0.2 g																				
三温糖	0.1 g																				
白いりごま	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 牛乳 豚肉 キャベツ にんじん 小松菜	77%

4 千産千消デーで実施した食に関する指導の概要

1. 前月の職員会議にて目的など教職員に周知を行う。
2. 給食だよりの配付。給食メモの配付
3. 給食時間の校内放送にて給食委員会児童より全校に呼びかけを行う。
4. 給食時間に各クラスにて、伝達をする。

5 11月の指導回数

8回

6 その他

本年度、市制70周年において市内栄養士会研修にて、地元の野菜について資料等を作成し児童に働きかけを行っている。

千産千消デー実施報告書

学校名または共同調理場名

柏市立富勢東小学校

1 献立

献立	
牛乳 ごはん 千葉県産いわしの蒲焼き かぶの酢の物 柏野菜のみそ汁 柿	

2 地場産物を活用した料理のレシピ

(1) 料理名 かぶの酢の物	(3) 作り方 ①かぶ（根）は3mmいちょうに切り、茹でて冷やす。 かぶ（葉）は2cmに切り、茹でて冷やす。 にんじんは千切りし、茹でて冷やす。 ②たれは、加熱して冷やしておく。砂糖は甘さを調節しながら加える。 ③水気を切った野菜とたれを合わせる。
(2) 1人分の材料 かぶ（根） 40 g かぶ（葉） 7 g にんじん 5 g 穀物酢 1.8 g しょうゆ 0.3 g きび砂糖 1 g 食塩 0.3 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）
牛乳 かぶ 長ねぎ かぶの葉 チンゲン菜 さといも 米 キャベツ いわし	83%

4 千産千消デーで実施した食に関する指導の概要

予定献立表で周知
給食時間における学級訪問
給食一口メモを活用し、千葉県産・柏市産食材について紹介

5 11月の指導回数

17回

6 その他

給食では柏産の米を使用している。
市制70周年記念のため、柏幻霜パークや柏の梨ゼリー、柏の3大野菜を使用したお祝い献立を提供した。
柏の3大野菜（かぶ・ねぎ・ほうれん草）を周知するため、給食時間に各クラスで動画を視聴してもらった。

千産千消デー実施報告書

学校名または共同調理場名

柏市立豊小学校

1 献立

献立	
牛乳 ねぎとサーモンの豆乳クリームスパゲティ かぶのスープ さつまいもの米粉マフィン アーモンド小魚	

2 地場産物を活用した料理のレシピ

(1) 料理名 ねぎとサーモンの豆乳クリームスパゲティ	(3) 作り方 ① サーモンを10分程度蒸してから、身をほぐす。 ② ねぎをスチコンで加熱し焼き目をつける。(コンビモード220℃・50%・8分) ③ ほうれんそうを下茹でし、水にさらしてから、水気をしばっておく。 ④ 釜にオリーブ油を入れ、おろしにんにく、しめじ、えのきたけ、 ①のほぐしたサーモンを入れて炒める。 ⑤ ②のねぎを入れてさっと炒め合わせ、豆乳、白ワインを加え煮る。 ⑥ 塩こしょう、白みそを加える。(白みそは少量の豆乳で溶いておく。) ⑦ 豆乳で浸水しておいた米粉を加え、かき混ぜながら煮こんでとろみをつける。 ⑧ ③のほうれんそうを入れ、味を調え仕上げる。 ⑨ スパゲティをやや硬めに茹でる。 ⑩ ⑧の具と茹で上がったスパゲティを混ぜ合わせる。
(2) 1人分の材料 スパゲティ 45 g 食塩 0.7 g トラウトサーモン(2cm角) 20 g 黒こしょう 0.03 g ねぎ(1.5cm輪切り) 25 g 白みそ 1.5 g ほうれんそう(2cm幅) 8 g 豆乳(みそ溶き用) 2 g しめじ(小房に分ける) 8 g 米粉 1.5 g えのきたけ(3cm幅) 8 g 豆乳(米粉溶き用) 3 g にんにく(すりおろす) 0.3 g オリーブ油 0.25 g 豆乳 45 g 白ワイン 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)
牛乳 にんじん さつまいも ねぎ キャベツ 卵 ほうれんそう かぶ 米粉 かぶの葉	47%

4 千産千消デーで実施した食に関する指導の概要

・柏市の地場産物を活用したレシピの提案と給食での実施、
かぶ農家の見学、かぶの栄養や地産地消についての授業(第3学年)
・献立や地場産物を紹介する掲示物の作成、給食時間の巡回訪問
・校内放送の活用 ・献立表への記載 ・職員への周知

5 11月の指導回数

22回

6 その他

毎月の給食で柏市産の米を提供している。
毎日の給食メモで、使用している地場産物とその産地をお知らせしている。
11月に柏市の市制70周年記念献立として、柏の三大野菜を活用したメニューや柏の梨ゼリー、柏幻霜パークのメンチカツを提供した。

千産千消デー実施報告書

学校名または共同調理場名

柏市立酒井根東小学校

1 献立

献立	
牛乳 赤飯 柏幻霜パークのメンチカツ ひじきと彩り野菜の和え物 かぶのすり流し汁 柏の梨ゼリー	

2 地場産物を活用した料理のレシピ

(1) 料理名 かぶのすり流し汁	(3) 作り方 ①削り節とだし昆布でだしをとる ②かぶの葉は、1.5cmにカットし青ゆでする。 ③だしを加熱し、肉をバラバラに入れ、あくをとる。 ④いちょう切りしたにんじん、1/2カットしたえのき茸を加える。 ⑤調味料を少量加え、さいの目切りした豆腐を入れる。 ⑥残りの調味料を加え、すりおろしたかぶ、小口切りしたねぎを入れる。 ⑦水溶きでんぷんを加え、とろみをつける。 ⑧味をととのえ、かぶの葉を入れる。 ⑨味、温度を確認する。
(2) 1人分の材料	
鶏もも肉千切り 10g 塩 0.4g	
豆腐 18g 削り節 2.7g	
にんじん 5g だし昆布 0.2g	
えのき茸 4g 水 90g	
かぶ 30g でんぷん 0.8g	
かぶの葉 10g 水 1.6g	
長ネギ 10g	
しょうゆ 2g	
酒 0.4g	
みりん 0.3g	

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）
牛乳 米 もち米 かぶ 長ネギ ほうれん草 キャベツ にんじん なし 豚肉	78%

4 千産千消デーで実施した食に関する指導の概要

給食委員会が作成した「柏野菜」や「柏フルーツ」の紹介するポスターを掲示
給食の放送で、柏野菜やフルーツについて紹介
各クラスに配布する給食一言メモで柏野菜についての紹介
6年生家庭科授業内で、地産地消のメリットの説明と柏野菜の紹介
給食日より配布

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

柏市立旭東小学校

1 献立

献立	
牛乳 ご飯 鰯のさんが焼き 柏産野菜のサラダ たぬき汁 みかん	

2 地場産物を活用した料理のレシピ

(1) 料理名 鰯のさんが焼き	(3) 作り方 ①野菜を切る。生姜はすりおろし、玉ねぎとれんこんはそれぞれみじん切りにしておく。 ②いわしに鶏ひき肉と味噌を加えて粘りが出るまでよくこねる。 ③粘りが出たら生姜、玉ねぎ、れんこん、油以外の調味料全量、パン粉をそれぞれ加えながらよく混ぜていく。 ④クッキングシートをしいた天板に厚さが均等になるように平らにならし、油を表面に塗る。 ⑤オーブン190℃～200℃で20～25分焼く。 ⑥焼けたら包丁でカットする。
(2) 1人分の材料 鰯すり身 30g サラダ油 0.5g 鶏ひき肉 20g 片栗粉 1.5g 生姜 1g 玉ねぎ 10g れんこん 3g 味噌 3.5g パン粉 3g きび砂糖 0.25g しょうゆ 1g 酒 2g	

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 かぶの葉 大根 牛乳 キャベツ 蓮根 鰯 さといも かぶ ねぎ	66%

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、千産千消について説明（本日の給食で活用した地場産物の紹介）。
校内放送を活用し、地場産物のかぶ、ほうれんそう、ねぎ、お米について説明。
地場産物が農家でどのように作られているかの動画を全クラスが視聴。
給食時間における学級訪問。

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

柏市立松葉第一小学校

1 献立

献立	
牛乳 にんじんごはん 鶏肉の照り焼き チンゲン菜のごま和え 小松菜と油揚げのみそ汁	

2 地場産物を活用した料理のレシピ

(1) 料理名 にんじんごはん	(3) 作り方 ①にんじんを細かくみじん切りにする。 ②精白米を洗米し、もち米と白麦を合わせて浸水する。 ③にんじんをのせて炊く。
(2) 1人分の材料 精白米 58 g もち米 5 g 白麦 5.04 g にんじん 10 g 食塩 0.3 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）
牛乳 精白米 にんじん 鶏肉 チンゲン菜 キャベツ 小松菜 大根	79%

4 千産千消デーで実施した食に関する指導の概要

全校朝礼で千産千消についての紹介をした。
食育メモを配付した。
打ち合わせ時に千産千消デーについて教職員へ周知し、指導の共通理解を図った。
千葉県の特産物についての掲示物を作成した。
給食時に各クラスを巡回し、千産千消および千葉県や柏市の特産物についての声かけを行った。

5 11月の指導回数

20回

6 その他

11月11日から15日までを『千産千消ウィーク』とし、千葉県の特産物や郷土料理を提供した。

千産千消デー実施報告書

学校名または共同調理場名

柏市立花野井小学校

1 献立

献立	
牛乳	
赤飯	
柏幻霜パークのメンチカツ	
ひじきと彩り野菜のあえ物	
かぶのすり流し汁	
柏の梨ゼリー	

2 地場産物を活用した料理のレシピ

(1) 料理名 かぶのすり流し汁 (2) 1人分の材料 鶏肉(千切り) 10g 食塩 0.4g 豆腐(さいの目切) 18g 削り節 2.7g 人参(いちょう切) 5g だし昆布 0.2g えのき茸(3cm切) 4g 水 90g かぶ(すりおろし) 30g でん粉 0.8g 長ねぎ(小口切) 8g 水 1.6g かぶの葉(2cm切) 8g しょうゆ 2g 酒 0.4g みりん 0.3g	(3) 作り方 ①削り節とだし昆布でだしをとっておく。 ②かぶの葉は下茹でしておく。 ③だしを加熱したところに、肉をほぐし入れ、あくをとる。 ④人参、えのき茸を加えて煮る。 ⑤半量の調味料を加え、豆腐を加える。 ⑥残りの調味料、かぶ、ねぎを加えひと煮立ちさせる。 ⑦水溶きでん粉を加え、とろみをつける。 ⑧味を調え、かぶの葉を加えて仕上げる。
---	--

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）
牛乳 米 もち米 豚肉 ひじき 人参 ほうれん草 かぶ 長ねぎ かぶの葉 梨	83%

4 千産千消デーで実施した食に関する指導の概要

給食時間の校内放送の実施、給食メモの配付
給食だよりの配信、掲示
給食時間における学級訪問
学校ホームページの活用

5 11月の指導回数

14回

6 その他

柏市制70周年記念と関連させ取り組みを実施した。

千産千消デー実施報告書

学校名または共同調理場名

柏市立松葉第二小学校

1 献立

献立	
牛乳	
ごはん	
手作りかぶの葉ふりかけ	
柏幻霜パークのメンチカツ	
ひじきと彩り野菜の和え物	
かぶのすり流し汁	
柏の梨ゼリー	

2 地場産物を活用した料理のレシピ

(1) 料理名			(3) 作り方		
かぶのすり流し汁			①削り節、昆布でだしをとる。		
(2) 1人分の材料			②にんじんは2～3mm厚いちょう切り、えのきは2cm幅に切る、		
鶏もも肉(千切り)	7.5g	削り節	2.5g	かぶ(根)はすりおろす、ねぎは小口切りにする。	
豆腐	14g	だし昆布	0.05g	③だし汁に鶏肉を加えて煮る。途中でアクをとる。	
にんじん	6g	水	70g	④肉が加熱されたら、にんじんを加えて煮る。	
えのきたけ	3.5g	でん粉	0.8g	⑤にんじんがやわらかくなったら、えのき、ねぎを加えて煮る。	
かぶ(根)	27g	水	1.6g	⑥清酒、みりん、塩、しょうゆを加え、豆腐を加えて煮る。	
ねぎ	10g			⑦豆腐が煮えたことを確認し、かぶ(根)を加えて煮る。	
しょうゆ	1.5g			⑧かぶが煮えたことを確認し、水溶きでんぷんでとろみをつける。	
清酒	0.3g				
みりん	0.2g				
食塩	0.28g				

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）
牛乳	米	かぶ（葉）	豚肉	73%
ひじき	ほうれんそう	キャベツ	かぶ（根）	
ねぎ	梨			

4 千産千消デーで実施した食に関する指導の概要

職員会議で担任に実施献立について説明、各学級で地場産野菜に関する動画を視聴した。
校内放送で当日の献立について栄養士が説明した。
校内の掲示板に地場産物に関するクイズや新聞を掲示した。
給食メモを配付し、当日使用の地場産物について知らせた。
給食だより、献立表に献立の説明を掲載した。

5 11月の指導回数

11回

6 その他

4年生総合的な学習の時間で千葉県産食材について学習した。千葉県産食材を使用した献立を作成し、12月の給食として実施予定。
3年生で柏市産とうもろこしを使用した皮むき体験を実施した。

千産千消デー実施報告書

学校名または共同調理場名

柏市立富勢西小学校

1 献立

献立	
牛乳	
ごはん	
鰯の蒲焼き	
かぶの酢の物	
かきたま汁	
みかん	

2 地場産物を活用した料理のレシピ

(1) 料理名 かぶの酢の物	(3) 作り方 ①調味料(穀物酢, きび砂糖, 食塩)を加熱する。 ②油揚げは油抜きをしてきび砂糖, みりん, しょうゆ, だし汁で煮含めて冷ます。 ③かぶは半月切り, かぶの葉は2cm, 人参は短冊切りにし茹でて水を切り冷ましておく。 ④野菜と油揚げと調味料を加え, よく和える。
(2) 1人分の材料 かぶ 44g 食塩 0.2g かぶの葉 7g にんじん 5g 油揚げ 5g きび砂糖 0.5g みりん 0.5g こいくちしょうゆ 1g だし汁 1g 穀物酢 3g きび砂糖 3g	

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 かぶ かぶの葉 人参 いわし 長ねぎ	73%

4 千産千消デーで実施した食に関する指導の概要

校内放送で千葉県食材について説明
校内放送で千産千消について説明
地産地消に合わせて給食試食会を実施

5 11月の指導回数

5回

6 その他

柏市産の米を使用している。

千産千消デー実施報告書

学校名または共同調理場名

柏市立十余二小学校

1 献立

献立	
牛乳 ご飯 鰯のかば焼き 柏野菜のごま和え 柏野菜のみそ汁	

2 地場産物を活用した料理のレシピ

(1) 料理名 柏野菜のごま和え	(3) 作り方 ①かぶ(根)は0.5cm厚いちょう切り, 人参は千切り, ほうれん草・かぶ(葉)は2cmに切りそれぞれ茹でる。 ②長ねぎはみじん切りにし, 鍋で乾煎りする。 ③②にゆず果汁, さとう, しょうゆ, 酢を合わせる。 ④水分を切った野菜に③を和え, ごまを加熱し半分すって和えて仕上げる。
(2) 1人分の材料 かぶ(根) 30g ほうれん草 10g にんじん 5g かぶ(葉) 4g 長ねぎ 3g ゆず果汁 0.5g 砂糖 1.3g しょうゆ 2.1g 酢 1g 白いりごま 4g	

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)
牛乳 米 いわし かぶ かぶの葉 にんじん 長ねぎ さといも ほうれん草	71%

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, 地産地消の説明(地元でとれる農産物について)
給食時間における学級訪問
各クラスで指導してもらうよう担任に目的を周知
千産千消デーで活用した地場産物について掲示

5 11月の指導回数

20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

柏市立風早南部小学校

1 献立

献立	
牛乳	
ごはん	
鯔のさんが焼き	
ごま和え	
かぶの味噌汁	
炒り大豆	

2 地場産物を活用した料理のレシピ

(1) 料理名		(3) 作り方
鰯のさんが焼き		①鰯のすり身,鶏ひき肉は,粘りが出るまでよく混ぜる。
(2) 1人分の材料		②①に生姜,長葱,しそ,みそ,パン粉,卵,調味料を加え,さらによく混ぜる。
鰯	23 g	③鉄板にうすく敷き詰め,オーブンで焼く。
鶏ももひき肉	15 g	
生姜(絞り汁)	1 g	
長葱(みじん切り)	10 g	
みそ	2.7 g	
卵	5 g	
パン粉	2.3 g	
きび砂糖	0.2 g	
しょうゆ	0.8 g	
酒	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）
牛乳	米	鯔	ねぎ	70%
卵	ほうれん草	もやし	キャベツ	
かぶ	かぶの葉			

4 千産千消デーで実施した食に関する指導の概要

献立表への記載
給食メモを配布し,千葉県産の食材についての周知
給食委員会による給食時間の放送
給食だよりで千産千消デーの取り組みについての紹介
学校ホームページを活用

5 11月の指導回数

17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

柏市立柏の葉小学校

1 献立

献立	
牛乳 ご飯 鰯の蒲焼き かぶのそぼろ煮 さつま芋のみそ汁	

2 地場産物を活用した料理のレシピ

(1) 料理名 かぶのそぼろ煮	(3) 作り方 ①生姜は絞り汁にする。高野豆腐は戻してみじん切り、人参は5mm千切り、玉葱は5mm角切り、かぶ(根)はくし形切り、かぶ(葉)は1cmにする。 ②かぶ(葉)を青茹でする。 ③油をひき、豚ももひき肉を炒める。酒・生姜汁を加える。 ④高野豆腐を加え炒める。 ⑤人参、玉葱を加え炒める。 ⑥だし汁を加えて煮る。 ⑦かぶ(根)を加えて煮る。 ⑧きび砂糖、醤油、みりんを加えて煮る。 ⑨かぶ(葉)を加え、だし汁で溶いた片栗粉を加えとろみをつける。
(2) 1人分の材料 豚ももひき肉 8g きび砂糖 0.6g 酒 1g 醤油 3g 生姜 0.3g みりん 0.6g 高野豆腐 0.8g 片栗粉 0.4g 人参 8g だし汁 0.8g 玉葱 15g かぶ(根) 40g かぶ(葉) 4g サラダ油 0.5g だし汁 4g	

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)
牛乳 米 鰯 豚肉 かぶ(根) かぶ(葉) 人参 さつま芋 葱	79%

4 千産千消デーで実施した食に関する指導の概要

献立表で地産地消、千産千消デーの取り組みについて紹介
給食メモを配付し、柏市産・千葉県産の食材について周知
放送委員会による給食中の放送
ホームページに給食掲載

5 11月の指導回数

12回

6 その他

11月に地場産物を活用した柏市制70周年お祝い献立を実施した。

千産千消デー実施報告書

学校名または共同調理場名
柏市立柏中学校

1 献立

献立	
牛乳 ひじきごはん 鰯の竜田揚げ 五目豆 田舎汁 炒りカシューナッツ	

2 地場産物を活用した料理のレシピ

(1) 料理名 ひじきごはん	(3) 作り方 ①米を洗米し、麦を加えて浸水後、しょうゆ・酒・みりんを加えて炊飯する。 ②ひじきの異物を確認し、浸水する。鶏肉に酒を振っておく。 ③釜に調味料とだし汁を合わせて煮立ったところに肉を加えて煮る。 ④ごぼう・人参・ひじきを加えて煮る。アクをとり、油揚げを加えてさらに煮る。 ⑤味を確認し、計量する。 ⑥ご飯と具を混ぜ合わせる。
(2) 1人分の材料	
米 70 g 油揚げ（千切り） 3 g	
白麦 5.6 g きび砂糖 0.9 g	
しょうゆ 0.75 g 醤油 2.7 g	
酒 0.8 g 酒 1 g	
みりん 0.8 g みりん 1 g	
鶏肉（小間切り） 5 g だし汁 1 g	
酒 0.25 g	
ごぼう（ささがき） 3 g	
にんじん（千切り） 3 g	
ひじき 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）
牛乳 米 ひじき 大根 人参 ねぎ 鰯	64%

4 千産千消デーで実施した食に関する指導の概要

給食メモの配付
校内放送での周知

5 11月の指導回数

19 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

柏市立柏第二中学校

1 献立

献立	
牛乳 ご飯 鰯の梅煮 磯香あえ かぶのみそ汁 いが栗揚げ	

2 地場産物を活用した料理のレシピ

(1) 料理名 いが栗揚げ	(3) 作り方 ①さつまいもは皮をむき厚いように切り蒸してつぶす。 ②つぶしたさつまいもに溶かしたバター、食塩、砂糖、牛乳を入れ混ぜる。 ③1人分を計量し、さつまいもを丸める。 ④そうめんを2cm程度に折る。 ⑤水、小麦粉を混ぜ、丸めたさつまいもをくぐらせ、折ったそうめんを全体につける。油で150℃、10分を目安に揚げる。
(2) 1人分の材料 さつまいも 40g 砂糖 3g 有塩バター 1g 食塩 0.02g 牛乳 4g 水 1g 小麦粉 2.8g そうめん 9g 大豆油 3g	

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 さつまいも 小松菜 かぶ かぶの葉 ねぎ 鰯	76%

4 千産千消デーで実施した食に関する指導の概要

献立表、給食だよりで千産千消について周知
学校内の給食黒板に千産千消デー、使用した千葉県産食材について記載
1年生家庭科の授業において柏の三大野菜の紹介

5 11月の指導回数

13回

6 その他

給食では柏産の米を使用している。

千産千消デー実施報告書

学校名または共同調理場名

柏市立土中学校

1 献立

献立	
牛乳 ご飯 鰯の梅煮 ほうれん草のごまみそ和え 五目汁 ミルクかりんとう	

2 地場産物を活用した料理のレシピ

(1) 料理名	(3) 作り方
五目汁	①だし昆布、削り節で出汁をとる。
(2) 1人分の材料	②にんじん、だいこんはいちょう切り、ねぎは斜め切りにする。
さつま揚げ 7.52 g 水 110 g	こまつなは2センチ幅に切って下茹でし、色止めする。
こんにゃく 20 g 食塩 0.4 g	③さつま揚げは油抜き、こんにゃくはあく抜きする。
にんじん 11 g 酒 1 g	④サラダ油をひき、にんじん、だいこんを炒める。
だいこん 10 g 醤油 2 g	⑤出汁を加えて煮る。あくが出たらとる。
ねぎ 10 g でん粉 0.56 g	⑥さつま揚げ、こんにゃくを加えて煮る。
こまつな 10 g 水 1 g	⑦野菜がやわらかくなったら、細の目に切った豆腐を加え調味料を入れる。
豆腐 10 g	⑧長葱、小松菜を入れ、水溶きでん粉を加えて仕上げる。
サラダ油 0.4 g	
だし昆布 0.4 g	
削り節 1.8 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）
牛乳 米 いわし 大根 さつま芋 大豆	51%

4 千産千消デーで実施した食に関する指導の概要

栄養黒板で、千葉県で多く取れる食材を使った献立であることを説明
給食メモ（給食時間の放送）で、いわしが千葉県産であることや梅煮の作り方を紹介
献立表に千産千消献立であることを記載
提供した料理を含めた給食レシピ集を保護者あて連絡アプリで配信
ホームページの活用（給食で提供したレシピが掲載されている料理検索サイトにアクセスできるようにした。）

5 11月の指導回数

9回

6 その他

通年、柏産の米を使用している。

千産千消デー実施報告書

学校名または共同調理場名

柏市立富勢中学校

1 献立

献立	
牛乳	
赤飯	
柏幻霜パークのメンチカツ	
ひじきと彩野菜の和え物	
かぶのすり流し汁	
柏の梨ゼリー	

2 地場産物を活用した料理のレシピ

(1) 料理名 かぶのすり流し汁	(3) 作り方 ①かつお節と昆布でだしをとる。 ②にんじんはいちょう切り、えのきは2.5cmカット、ねぎは小口切り、豆腐はさいの目切り、なるとは小口切り、かぶの葉は2cmカット、かぶはすりおろす。かぶの葉は下茹でして冷却する。 ③サラダ油を熱し、千切りにした鶏肉を炒める。 ④だしを加え、あくをとる。 ⑤にんじん、えのきを加える。 ⑥調味料を少量加え、豆腐、なるとを入れる。 ⑦残りの調味料を加え、すりおろしたかぶ、ねぎを加える。 ⑧水溶き片栗粉を加え、とろみをつける。 ⑨味を調べ、かぶの葉を入れる。 ⑩味、温度を確認して完成。
(2) 1人分の材料	
皮なし鶏もも肉 12g 料理酒 0.5g	
サラダ油 0.5g みりん 0.3g	
豆腐 20g 食塩 0.4g	
なると 7g かつお節(だし用) 3g	
にんじん 8g 昆布(だし用) 0.3g	
かぶ 30g 水 100g	
えのき 5g 片栗粉 0.8g	
ねぎ 10g 水 1.5g	
かぶ(葉) 10g	
こいくちしょうゆ 2g	

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 梨 もち米 かぶ 牛乳 かぶ(葉) 豚肉 ねぎ	74%

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、柏市の特産品について説明した。
給食時間における学級訪問をした。
食育通信で柏市の市制70周年記念献立について周知した。
学校内に柏市特産物特設掲示コーナーを設けた。

5 11月の指導回数

6回

6 その他

米は柏市産を提供している。

千産千消デー実施報告書

学校名または共同調理場名

柏市立田中中学校

1 献立

献立	
牛乳 白飯 鰯の蒲焼き チンゲン菜のごまあえ かぶのみそ汁 柿	

2 地場産物を活用した料理のレシピ

(1) 料理名 かぶのみそ汁 (2) 1人分の材料 <table> <tr><td>じゃがいも</td><td>35 g</td></tr> <tr><td>油揚げ</td><td>5 g</td></tr> <tr><td>かぶ</td><td>25 g</td></tr> <tr><td>かぶの葉</td><td>5 g</td></tr> <tr><td>たまねぎ</td><td>15 g</td></tr> <tr><td>赤色辛みそ</td><td>4 g</td></tr> <tr><td>淡色辛みそ</td><td>4 g</td></tr> <tr><td>だし汁</td><td>110 g</td></tr> </table>	じゃがいも	35 g	油揚げ	5 g	かぶ	25 g	かぶの葉	5 g	たまねぎ	15 g	赤色辛みそ	4 g	淡色辛みそ	4 g	だし汁	110 g	(3) 作り方 ①じゃがいも,かぶは厚めのいちよう切り,油揚げは短冊切り,かぶの葉は1cm幅,玉ねぎはスライスする。 ②だし汁を温め,たまねぎ,油揚げ,じゃがいもを順に入れて煮る。 ③かぶを入れて煮る。 ④みそを溶き入れる。 ⑤下茹でしたかぶの葉を入れ,味を調える。
じゃがいも	35 g																
油揚げ	5 g																
かぶ	25 g																
かぶの葉	5 g																
たまねぎ	15 g																
赤色辛みそ	4 g																
淡色辛みそ	4 g																
だし汁	110 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）
牛乳 米 鰯 チンゲン菜 かぶ かぶの葉	72%

4 千産千消デーで実施した食に関する指導の概要

校内放送で,給食で使用している千葉県産食材の紹介をした。
給食時間の学級訪問で,千葉県産食材の説明をした。
給食だよりを活用し,柏市産の野菜を使ったレシピ掲載ホームページ
(柏市クックパッド)の案内をした。
柏市三大野菜クイズを掲示した。

5 11月の指導回数

8回

6 その他

給食では柏市産の米を使用している。

千産千消デー実施報告書

学校名または共同調理場名

柏市立光ヶ丘中学校

1 献立

献立	
牛乳	
ご飯	
すずきの辛子醤油がけ	
かぶの甘酢和え	
五目豆	
かぼちゃのみそ汁	

2 地場産物を活用した料理のレシピ

(1) 料理名 すずきの辛子醤油がけ (2) 1人分の材料 すずき 50 g 酒 2 g にんにく 0.05 g みりん 1 g 生姜 1.25 g しょうゆ 3 g しょうゆ 0.5 g 辛子 0.2 g 酒 1.5 g でん粉 5 g 米粉 1 g 揚げ油 3 g 長ねぎ 10 g 砂糖 1 g	(3) 作り方 ①魚に、にんにく（おろす）・生姜のおろし汁・しょうゆ・酒で下味をつける。 ②魚にでんぷん・米粉をあわせたものをまぶして、揚げる。 ③長ねぎ（みじん切り）を乾煎りし、砂糖・酒・みりん・しょうゆを加えて煮る。 最後に水で溶いた辛子を加える。 ④揚げた魚に③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 牛乳 すずき かぶ かぶの葉 大根 長ねぎ	67%

4 千産千消デーで実施した食に関する指導の概要

献立表での周知
給食メモの活用

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

柏市立柏第三中学校

1 献立

献立	
牛乳	
さつまいもときのこのごはん	
鰯の磯フライ	
かぶときゅうり酢みそ和え	
小松菜と豆腐のみそ汁	
みかん	

2 地場産物を活用した料理のレシピ

(1) 料理名 かぶときゅうり酢みそ和え (2) 1人分の材料 <table> <tr> <td>かぶ(根)</td><td>25 g</td></tr> <tr> <td>かぶ(葉)</td><td>8 g</td></tr> <tr> <td>きゅうり</td><td>15 g</td></tr> <tr> <td>酢</td><td>7 g</td></tr> <tr> <td>しょうゆ</td><td>0.7 g</td></tr> <tr> <td>きび砂糖</td><td>1.4 g</td></tr> <tr> <td>米みそ</td><td>2 g</td></tr> <tr> <td>ごま油</td><td>1.5 g</td></tr> </table>	かぶ(根)	25 g	かぶ(葉)	8 g	きゅうり	15 g	酢	7 g	しょうゆ	0.7 g	きび砂糖	1.4 g	米みそ	2 g	ごま油	1.5 g	(3) 作り方 ①かぶ(根)はいちょう切り, (葉)は2 cm程度の長さに, きゅうりは輪切りに切る。 ②野菜はゆでて,冷却しておく。 ③しょうゆにきび砂糖を加え火にかけて煮溶かす。 ④味噌は酢でといて滑らかにして加え, タレを仕上げ冷却しておく。 ⑤野菜の水を切って, タレを1/4加えて和え再度水切りする ⑥残りのタレとごま油をよく混ぜてから, 野菜に加えて味を調える。
かぶ(根)	25 g																
かぶ(葉)	8 g																
きゅうり	15 g																
酢	7 g																
しょうゆ	0.7 g																
きび砂糖	1.4 g																
米みそ	2 g																
ごま油	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）
牛乳	精白米	さつまいも	鰯	59%
小松菜	かぶ（根）	かぶ（葉）	ねぎ	

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場産物を紹介した。
給食だよりを配布し, 家庭での地場産物の使用を啓発した。
掲示物を作成し掲示した。
給食メモを出した。
学校ホームページを活用した。

5 11月の指導回数

24回

6 その他

新米に切り替わったときに,白飯で提供し本市で作られた米の紹介をした。

千産千消デー実施報告書

学校名または共同調理場名

柏市立柏第四中学校

1 献立

献立	
牛乳	
菊花ご飯	
ねぎだくジューシー唐揚げ	
ビリ辛和え	
里芋と大根の味噌汁	
ヨーグルト	
小魚	

2 地場産物を活用した料理のレシピ

(1) 料理名 ねぎだくジューシー唐揚げ (2) 1人分の材料 鶏もも肉 60 g 上白糖 2 g にんにく(すりおろし) 0.15 g 穀物酢 2.5 g しょうが(すりおろし) 0.15 g ごま油 0.3 g 酒 1 g しょうゆ 1 g でん粉 8 g 揚げ油 適量 g 長ねぎ(みじん切り) 10 g にんにく(みじん切り) 0.1 g しょうゆ 3 g	(3) 作り方 ①鶏肉に下味用のにんにく、しょうが、調味料を混ぜておく。 ②ごま油でたれ用のにんにく、ねぎを炒め、しんなりとさせる。 ③調味料を加え、ねぎの辛味が抜けるように煮詰める。 ④酢を加え、味と温度を確認する。 ⑤鶏肉にでん粉をつけ、油で揚げる。 170℃ 7～8分目安 中心温度を確認する。 ⑥揚げた鶏肉に、ねぎダレをかける。
--	--

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)
牛乳 米 鶏もも肉 長ねぎ 小松菜 里芋 大根	76%

4 千産千消デーで実施した食に関する指導の概要

献立表、給食だよりで地産地消の献立について知らせる。
給食メモで地場産物について取り上げ、放送および給食委員が読み上げる。
給食時間に巡回し、柏市の産物について説明する。

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

柏市立南部中学校

1 献立

献立	
牛乳	
ご飯	
鰯の香味ソースかけ	
柏野菜のごま和え	
五目豆	
さつま汁	

2 地場産物を活用した料理のレシピ

(1) 料理名			(3) 作り方	
鰯の香味ソースかけ			①鰯にしょうがの絞り汁、にんにくのすりおろし、しょうゆ、酒で下味をつける。	
(2) 1人分の材料			②でん粉をまぶし、大豆油で揚げる。(目安170℃)	
鰯	50 g	ねぎ	5 g	③しょうゆ、みりんを煮立たせ、みじん切りにしたねぎを加え煮る。
しょうが	0.5 g	ごま油	1.3 g	仕上げに酢とごま油を加え香味ソースを作る。
にんにく	0.13 g			④揚げた鰯に香味ソースをかける。
しょうゆ	1 g			
酒	1.3 g			
でん粉	6 g			
大豆油	3 g			
しょうゆ	2 g			
みりん	1.5 g			
酢	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）
米	牛乳	鰯	ねぎ	73%
かぶ	小松菜	キャベツ	さつま芋	
大根				

4 千産千消デーで実施した食に関する指導の概要

献立表に千産千消献立について掲載。
給食メモを作成し校内放送で千葉県産、柏市産の食材について紹介。
柏の地場産物についてのパワーポイント、動画を活用した指導を実施。
地場産物に関する食育クイズを実施。
給食だよりに柏市制70周年に合わせ、記念献立、柏の地場産物について掲載。

5 11月の指導回数

16回

6 その他

柏市の三大野菜・フルーツについての掲示物を作成。
学校ホームページに食材の産地や調理の様子を掲載。

千産千消デー実施報告書

学校名または共同調理場名

柏市立柏第五中学校

1 献立

献立	
牛乳 赤飯 柏幻霜パークのメンチカツ ひじきと彩り野菜の和え物 かぶのすり流し汁 柏の梨ゼリー	

2 地場産物を活用した料理のレシピ

(1) 料理名 ひじきと彩り野菜の和え物	(3) 作り方 ①にんじんは千切り、ほうれん草はざく切り、キャベツは短冊切りに切る。 ②ひじきを水で戻し、しょうゆ、砂糖、酒で煮含める。 ③①の野菜をそれぞれ茹でて、冷ます。 ④調味料を合わせて加熱し、冷ます。 ⑤ひじき、野菜、コーン缶、ツナ、調味料を和える。
(2) 1人分の材料 ひじき 1g きび砂糖 0.3g しょうゆ（ひじき用） 0.8g からし粉 0.05g きび砂糖（ひじき用） 0.4g 酒（ひじき用） 0.4g にんじん 5g ほうれん草 15g キャベツ 15g コーン缶 8g ツナフレーク 12g しょうゆ 2g	

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）
にんじん キャベツ かぶ かぶの葉 ねぎ ほうれん草 ひじき 豚肉 米 もち米 梨 牛乳	83%

4 千産千消デーで実施した食に関する指導の概要

柏の三大野菜（かぶ・ねぎ・ほうれん草）、三大フルーツ（いちご・梨・ブルーベリー）を紹介する掲示物を掲示した。
給食委員会で柏の地場産物を紹介する動画を作成し、当日の給食時間に視聴した。
柏の地場産物を使ったレシピ集を保護者に配信した。
柏の地場産物を紹介する保護者向けのお便りを配付した。
給食時間における学級訪問を実施した。

5 11月の指導回数

18回

6 その他

地元のかぶ農家を招き、講演会と食育クイズ大会を実施
千葉県郷土料理「はばぞう煮」を家庭科の調理実習で実施

千産千消デー実施報告書

学校名または共同調理場名

柏市立酒井根中学校

1 献立

献立	
牛乳 あさりご飯 はすの和風ハンバーグ 白いんげん豆とさつま芋の甘煮 かぶのみそ汁 小魚アーモンド	

2 地場産物を活用した料理のレシピ

(1) 料理名 白いんげん豆とさつま芋の甘煮	(3) 作り方 ①白いんげん豆は水に浸水させ一晩おく。 ②白いんげん豆を水から茹でこぼし、再度水から茹でる。 ③白いんげん豆が7分やわらかくなったら、1.5cm角に切ったさつま芋を入れて煮る。 ④材料の1/2程度の水分量とし、きび砂糖、食塩、バターを入れて煮含める。
(2) 1人分の材料 白いんげん豆 6g さつま芋 35g きび砂糖 1.5g 食塩 0.15g 有塩バター 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）
牛乳 米 人参 ひじき 豆腐 葱 さつま芋 かぶ	47%

4 千産千消デーで実施した食に関する指導の概要

食育だよりを活用し、地産地消や地場産物について周知する。
給食メモ及び校内放送を活用し、給食時間にその日の食材について周知する。
地場産物の資料を掲示する。

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

柏市立西原中学校

1 献立

献立	
牛乳	
白飯	
鰯のねぎ煮	
かぶのゆずあえ	
小松菜と油揚げの味噌汁	
大学芋	

2 地場産物を活用した料理のレシピ

(1) 料理名 かぶのゆずあえ (2) 1人分の材料 <table> <tr> <td>にんじん</td><td>10 g</td></tr> <tr> <td>チンゲン菜</td><td>18 g</td></tr> <tr> <td>かぶ 根</td><td>32 g</td></tr> <tr> <td>かぶ 葉</td><td>7 g</td></tr> <tr> <td>ゆず 果汁</td><td>0.7 g</td></tr> <tr> <td>しょうゆ</td><td>3 g</td></tr> <tr> <td>砂糖</td><td>0.3 g</td></tr> <tr> <td>白いりごま</td><td>2 g</td></tr> </table>	にんじん	10 g	チンゲン菜	18 g	かぶ 根	32 g	かぶ 葉	7 g	ゆず 果汁	0.7 g	しょうゆ	3 g	砂糖	0.3 g	白いりごま	2 g	(3) 作り方 ①にんじんは千切り、チンゲン菜は短冊切り、かぶの根は千切り、かぶの葉は1 c mに切る。 ②野菜はそれぞれ茹でて冷却する。 ③調味料は合わせて加熱して冷却する。 ④ごまは半ずりし、オーブンで焼く。 ⑤野菜を合わせ、調味料の一部を加えて水を切る。 ⑥残りの調味料を加えて和える。最後にごまを振り入れて和える。
にんじん	10 g																
チンゲン菜	18 g																
かぶ 根	32 g																
かぶ 葉	7 g																
ゆず 果汁	0.7 g																
しょうゆ	3 g																
砂糖	0.3 g																
白いりごま	2 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）
牛乳	米	いわし	ねぎ	74%
かぶ 根	かぶ 葉	小松菜	さつまいも	
チンゲン菜				

4 千産千消デーで実施した食に関する指導の概要

校内放送の活用し、千産千消デーについて説明
給食だより・献立表を活用し、千産千消デーを周知
千産千消デー実施後に、使った食材について掲示
学校ホームページに給食の写真と給食メモを掲載

5 11月の指導回数

9回

6 その他

一年を通して、お米は柏市産を使用している。
かぶ、ねぎ、ほうれん草、チンゲン菜は、地場産物を活用している。
柏市制70周年の記念献立を実施し、柏市産の食材について給食委員会の生徒がクラスに周知した。

千産千消デー実施報告書

学校名または共同調理場名

柏市立逆井中学校

1 献立

献立	
牛乳	
御飯	
鰯のさんが焼き	
かぶの酢の物	
豚汁	
みかん	
いり大豆	

2 地場産物を活用した料理のレシピ

(1) 料理名 かぶの酢の物	(3) 作り方 ①かぶ、にんじんはいちょう切り、かぶの葉は1.5cmに切り、それぞれ茹でる。 ②油揚げをきび砂糖、みりん、しょうゆ、だし汁で煮る。 ③穀物酢、きび砂糖、食塩を合わせて加熱する。 ④①②③を和える。
(2) 1人分の材料	
かぶ 35 g 食塩 0.2 g	
かぶの葉 5 g	
にんじん 10 g	
油揚げ 5 g	
きび砂糖 1 g	
みりん 1 g	
しょうゆ 2 g	
だし汁 6 g	
穀物酢 3 g	
きび砂糖 3 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）
牛乳 米 いわし 豚肉 鶏卵 かぶ かぶの葉 長葱 大根	70%

4 千産千消デーで実施した食に関する指導の概要

配付献立表で千産千消デーを家庭に周知
クラス巡回で食材の紹介
学校ホームページで給食の紹介

5 11月の指導回数

5回

6 その他

給食では柏産の米を使用している。
柏3大野菜（かぶ、長葱、ほうれん草）を使用している。

千産千消デー実施報告書

学校名または共同調理場名

柏市立松葉中学校

1 献立

献立	
牛乳	
ご飯	
ハンバーグ	
ガーリックポテト	
レンズ豆と野菜のスープ	
小魚アーモンド	
あじつけのり	

2 地場産物を活用した料理のレシピ

(1) 料理名 ハンバーグ	(3) 作り方 ①【ハンバーグ】たまねぎとマッシュルームをみじん切りにする。 ②サラダ油をひき、たまねぎを炒める。 ③レバー・豚肉・赤ワイン・ナツメグ・塩・こしょうをあわせ、よくこねる。 ④③に②のたまねぎ・大豆・マッシュルーム・パン粉・でんぷんを入れて混ぜる。 ⑤④を人数分に分け、形を作り焼く。 ⑥【タレ】赤ワイン・トマトケチャップ・ウスターソース・粒マスタード・砂糖を合わせて加熱する。 ⑦⑥に水で溶いたでんぷんを入れ、とろみをつける。
(2) 1人分の材料	
豚ひき肉 56 g こしょう 0.01 g	
レバー 6 g サラダ油 0.5 g	
赤ワイン 2 g 赤ワイン 1.2 g	
蒸し大豆ひきわり 12 g トマトケチャップ 4 g	
たまねぎ 50 g ウスターソース 7 g	
マッシュルーム 1.5 g 粒マスタード 0.17 g	
パン粉 3.3 g 砂糖 1 g	
でんぷん 3.3 g でんぷん 0.07 g	
ナツメグ 0.04 g 水 0.2 g	
塩 0.03 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）
牛乳 米 豚肉 マッシュルーム パセリ キャベツ にんじん かぶ かぶの葉 のり 大豆 うずら卵	75%

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、地産地消について説明した。
教職員に千産千消デーの献立作成の目的を文章で配付、説明した。
地場産物に関する掲示をした。

5 11月の指導回数

12回

6 その他

毎月、地場産物の野菜を使用した「みそ汁」の日を設定している。
年間を通じ、地場産の米を使用している。
地場産物を活用した給食のレシピを配付した。

千産千消デー実施報告書

学校名または共同調理場名

柏市立中原中学校

1 献立

献立	
牛乳	
ごはん	
鰯のさんが焼き	
柏野菜のツナ和え	
ちば野菜のみそ汁	
黒糖大豆	

2 地場産物を活用した料理のレシピ

(1) 料理名			(3) 作り方
鰯のさんが焼き			①生姜はおろし、長ねぎはみじん切りにする。
(2) 1人分の材料			②いわしのすり身、鶏ももひき肉は、粘りが出るまでよく混ぜる。
鰯のすりみ	25 g	パン粉	③“②”に生姜、長ねぎ、調味料、卵を加え、さらによく混ぜる。
鶏ももひき肉	35 g	1 g	④パン粉を加えて、硬さを調節する。
生姜	1 g		⑤鉄板にクッキングシートを敷き、“④”をうすく敷き詰め、オーブンで焼く。
長ねぎ	20 g		
塩	0.13 g		
こしょう	0.01 g		
醤油	0.5 g		
酒	1 g		
赤みそ	2.5 g		
卵	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）
牛乳	米	鰯のすりみ	鶏卵	72%
きゅうり	生姜	大根	人参	
さつまいも	かぶ	かぶの葉	ほうれん草	
長ねぎ				

4 千産千消デーで実施した食に関する指導の概要

給食だよりの配布
献立表への記載
給食時間の放送を活用し、地産地消について説明
給食委員会によるリモート集会の実施（柏市の地場産物について）

5 11月の指導回数

4回

6 その他

給食では柏産の米を使用している。

千産千消デー実施報告書

学校名または共同調理場名 柏市立豊四季中学校

1 献立

献立	
牛乳 鰯の混ぜご飯 チンゲン菜のごま和え ちばの恵汁 かぶのブラマンジェ	

2 地場産物を活用した料理のレシピ

(1) 料理名 かぶのブラマンジェ (2) 1人分の材料 かぶ 15 g エースアガー 0.67 g 水 10 g 上白糖 3 g 牛乳 43 g 生クリーム 8 g バニラエッセンス 0.01 g	(3) 作り方 ①かぶは皮をむき、蒸して、フードプロセッサーですりおろす。 ②アガーと砂糖を混ぜ、水を加え加熱する。 ③同時進行で、牛乳と生クリームを混ぜて加熱する。 ④アガー液に加熱したかぶ、加熱した牛乳を加え、よく混ぜ加熱する。 ⑤カップに注ぎ、粗熱をとって冷蔵庫で冷やし固める。
--	--

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 鰯 のり さつまいも 豚肉 大根 豆腐 にんじん 長ねぎ 小松菜 かぶ	64%

4 千産千消デーで実施した食に関する指導の概要

社会科で地産地消について栄養教諭が説明した。
給食時間に給食委員が食材について、説明した。
地産地消について校内放送を行った。

5 11月の指導回数

19回

6 その他

千葉県民の日にちなんで、地場産物を活用した給食の提供を行った。

千産千消デー実施報告書

学校名または共同調理場名

柏市立柏の葉中学校

1 献立

献立	
牛乳	
ご飯	
のりの佃煮	
すずきのもみじ焼き	
かぶときゅうりのごま酢和え	
さつまいもの味噌汁	
みかん	

2 地場産物を活用した料理のレシピ

(1) 料理名 すずきのもみじ焼き	(3) 作り方 ①たれの調味料を合わせて混ぜ、すりおろしたにんじんをよく混ぜ合わせる。 ②すずきに下味（しょうが汁・酒・食塩）をつける。 ③オープン天板にすずきを並べて、スチームで蒸す。 ④蒸したすずきを紙カップにのせて、たれをかけて焼く。
(2) 1人分の材料 すずき 60 g しょうが 0.63 g 酒 1.2 g 食塩 0.1 g しょうゆ 0.3 g マヨネーズ 2.3 g きび砂糖 0.3 g みそ 2.8 g 酒 1 g にんじん 4.7 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）
牛乳 米 のり すずき にんじん かぶ かぶの葉 きゃべつ さつまいも 大根 長ねぎ	87%

4 千産千消デーで実施した食に関する指導の概要

校内放送で地産地消について説明（地域の農産物の紹介や生産と消費の関わり）
給食メモを出した。学校ホームページを活用し、地産地消の献立と給食での取り組みを紹介
給食委員会で地産地消に関するスライドを作成し、各学級で視聴する。
担任にスライドの目的や内容を周知し、給食委員会にスライドの内容と
地産地消の説明ができるよう指導を行う。

5 11月の指導回数

18回

6 その他

市内の養豚農家と梨農家と連携して、給食で柏幻霜ボークのメンチカツと梨ゼリーを提供した。

千産千消デー実施報告書

学校名または共同調理場名

柏市学校給食センター

1 献立

献立	
牛乳	
ご飯	
味付けのり	
豚肉と切干大根の炒め煮	
さつま芋の和え物	
鰯のつみれ汁	

2 地場産物を活用した料理のレシピ

(1) 料理名 鰯のつみれ汁	(3) 作り方 ① 豆腐は角切り、大根・人参はいちょう切り、生しいたけはスライス、ごぼうはささがき、江戸菜は2cm幅のざく切り、ねぎは小口切りにしておく。 ② だしをとる。 ③ ②にごぼう・にんじん・大根を入れて煮る。あくが出たら取り除く。 ④ 豆腐・つみれ・しいたけを入れ煮る。 ⑤ しょうが・粉末昆布・調味料を加え味を調える。 ⑥ 江戸菜・ねぎを入れて仕上げる。
(2) 1人分の材料	
つみれ(鰯・鯖) 25g 粉末昆布 0.2g	
豆腐 15g しょうがすりおろし 0.05g	
大根 20g かつおだしパック 2g	
人参 8g 水 85g	
ごぼう 5g	
江戸菜 5g	
ねぎ 3g	
生しいたけ 2g	
薄口しょうゆ 3g	
塩 0.4g	

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)
豚肉 かつお(鰯・鯖) 大根 人参 江戸菜 ねぎ しいたけ のり 牛乳 米	74%

4 千産千消デーで実施した食に関する指導の概要

給食だよりに地場産物について知らせる内容を配信した。また、各学校に給食メモを配信した。
地場産物ができるまでの動画を各学級に配信し、視聴してもらった。
一部の学校で、集会の時に地場産物について話す時間を設けてもらった。

5 11月の指導回数

11回

6 その他

・年間通して、柏市産のコシヒカリを使用している。
・献立に地場産物を取り入れ、献立表・給食だより・給食指導メモ等で周知している。
・かぶ・ねぎ・大根・チンゲン菜の穫れる時期は、柏市産の食材を積極的に取り入れている。