

千産千消デー実施報告書

学校名または共同調理場名

千葉市立検見川小学校

1 献立

献立	
ごはん	
牛乳	
いわしのカリカリフライ	
かぶのそぼろ煮	
さつまいも汁	
りんご	

2 地場産物を活用した料理のレシピ

<p>(1) 料理名 いわしのカリカリフライ</p> <p>(2) 1人分の材料</p> <p>いわしフィレ 25 g 酒 1.5 g こしょう 0.02 g 小麦粉 5 g 米粉 2 g 水 10 g コーンフレーク 5 g パン粉 4 g 油 4 g 中濃ソース 3 g</p>	<p>(3) 作り方</p> <p>①いわしに酒、こしょうで下味をつける。 ②小麦粉、米粉、水を合わせて衣を作る。水の量は硬さを見て調整する。 ③コーンフレークは細かく砕き、パン粉と合わせる。 ④いわしに②をつけ、③をつける。 ⑤約170°Cの油でカラッと揚げる。 ⑥中濃ソースをかけて、配缶する。</p>
---	---

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）												
<table style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <tr> <td style="text-align: center;">米</td> <td style="text-align: center;">牛乳</td> <td style="text-align: center;">いわし</td> <td style="text-align: center;">かぶ</td> </tr> <tr> <td style="text-align: center;">豚肉</td> <td style="text-align: center;">にんじん</td> <td style="text-align: center;">さつまいも</td> <td style="text-align: center;">豆腐</td> </tr> <tr> <td style="text-align: center;">こまつな</td> <td style="text-align: center;">米粉</td> <td></td> <td></td> </tr> </table>	米	牛乳	いわし	かぶ	豚肉	にんじん	さつまいも	豆腐	こまつな	米粉			77%
米	牛乳	いわし	かぶ										
豚肉	にんじん	さつまいも	豆腐										
こまつな	米粉												

4 千産千消デーで実施した食に関する指導の概要

給食一口メモを配付し、千葉県産の食材や地産地消について周知を図った。
給食の時間に教室訪問し、クイズ等を用いて地場産物の紹介を行った。
給食だよりに、地場産物の紹介や学校給食での地産地消の取り組み等を載せ、発行した。

5 11月の指導回数

12回

6 その他

市内産農産物を使用したメニューを市内共通で実施、10月～1月は市内産コシヒカリを使用している。

千産千消デー実施報告書

学校名または共同調理場名

千葉市立畑小学校

1 献立

献立	
開花丼 牛乳 さつま芋汁 さつま芋春巻き	

2 地場産物を活用した料理のレシピ

(1) 料理名 さつま芋汁	(3) 作り方
(2) 1人分の材料	①さつま芋、にんじん、だいこんはいちょう切り、ごぼうは笹切り、ねぎは小口切り、こまつなは2cm、豆腐は1cm角切りにする
さつま芋 45g だしパック 0.8g	②だしをとる。だしを分け、だしでみそを溶く。
豚肉 8g 水 80g	③肉を酒でいる。
豆腐 15g	④にんじん、だいこん、ごぼう、だし汁を入れ煮る。
にんじん 4g	⑤さつま芋を入れひと煮立ちせる。
だいこん 8g	⑥豆腐と味噌を入れる。
ごぼう 5g	⑦こまつなを入れる
根深ねぎ 5g	⑧ねぎを入れる。
こまつな 5g	
白みそ 4g	
赤みそ 1.8g	

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 鶏卵 にんじん さつま芋 こまつな だいこん 根深ねぎ	71%

4 千産千消デーで実施した食に関する指導の概要

地場産物の旬について放送で伝えた。
地場産物についての手紙を配付した。
給食時間に教室訪問して地場産物について知らせた。

5 11月の指導回数

10回

6 その他

市内産農産物を使用したメニューを市内共通で実施、10月～1月は市内産コシヒカリを使用している。
千葉市産有機こまつなを使用し、生産者の出張授業を行った。

千産千消デー実施報告書

学校名または共同調理場名

千葉市立花園小学校

1 献立

献立	
ごはん	
牛乳	
豚肉のごまだれかけ	
キャベツとひじきのゆず和え	
里芋の煮物	
バナナ	

2 地場産物を活用した料理のレシピ

(1) 料理名 豚肉のごまだれかけ	(3) 作り方 ①豚肉をゆで、よく湯切りをする。 ②調味料を合わせ、加熱する。 ③①に②をからめる。
(2) 1人分の材料	
豚肉 45 g こしょう 0.02 g	
ねりごま 1.2 g	
白いりごま 0.4 g	
酒 0.8 g	
三温糖 2 g	
しょうゆ 2.4 g	
酢 1.2 g	
みりん 0.4 g	
ごま油 0.8 g	
塩 0.2 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）
米 牛乳 豚肉 キャベツ ひじき にんじん 里芋 れんこん	83%

4 千産千消デーで実施した食に関する指導の概要

給食だより・給食メモの活用
校内放送の活用
掲示物の作成
給食時間の巡回訪問とお話
給食試食会

5 11月の指導回数

15回

6 その他

市内産農産物を使用したメニューを市内共通で実施、10月～1月は市内産コシヒカリを使用している。

千産千消デー実施報告書

学校名または共同調理場名

千葉市立犢橋小学校

1 献立

献立	
ごはん 牛乳 小あじのからあげ 小松菜とハムのマヨたま炒め キャベツのごま味噌汁 焼きのり	

2 地場産物を活用した料理のレシピ

(1) 料理名 小あじのからあげ	(3) 作り方 ①小あじに片栗粉をまぶす。 ②150～160℃に熱した油に小あじを入れて、10～15分位揚げる。 ③塩と胡椒を合わせたものを、小あじに振りかける。
(2) 1人分の材料 小あじ 30g 片栗粉 1.5g 油 2g 塩 0.2g 胡椒 0.01g	

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 小あじ 小松菜 キャベツ のり	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、地産地消について説明
給食の時間における学級訪問
給食だよりを活用し、千葉県産食材の紹介
献立表の一口メモによる千葉県産食材の紹介

5 11月の指導回数

10回

6 その他

市内産農産物を使用したメニューを市内共通で実施、10月～1月は市内産コシヒカリを使用している。

千産千消デー実施報告書

学校名または共同調理場名

千葉市立横戸小学校

1 献立

献立	
ごはん	
牛乳	
ひじき入りそばろ	
高野豆腐の卵とじ	
キャベツのレモン酢和え	
りんご	

2 地場産物を活用した料理のレシピ

<p>(1) 料理名 ひじき入りそばろ</p> <p>(2) 1人分の材料</p> <table border="1"> <tr><td>豚ひき肉</td><td>20 g</td></tr> <tr><td>ひじき</td><td>1.5 g</td></tr> <tr><td>枝豆</td><td>3.5 g</td></tr> <tr><td>おろししょうが</td><td>0.5 g</td></tr> <tr><td>白ごま</td><td>1.5 g</td></tr> <tr><td>しょうゆ</td><td>2.3 g</td></tr> <tr><td>さとう</td><td>2 g</td></tr> <tr><td>酒</td><td>1 g</td></tr> <tr><td>本みりん</td><td>1 g</td></tr> </table>	豚ひき肉	20 g	ひじき	1.5 g	枝豆	3.5 g	おろししょうが	0.5 g	白ごま	1.5 g	しょうゆ	2.3 g	さとう	2 g	酒	1 g	本みりん	1 g	<p>(3) 作り方</p> <ol style="list-style-type: none"> ①ひじきは戻す。枝豆は下茹でをしておく。白ごまは炒しておく。 ②鍋に豚ひき肉とおろししょうが、酒を入れて炒める。 ③ひじきを加えて加熱する。 ④調味料を加えて、水気がなくなるまで炒める。 ⑤枝豆と白ごまを加えて仕上げる。
豚ひき肉	20 g																		
ひじき	1.5 g																		
枝豆	3.5 g																		
おろししょうが	0.5 g																		
白ごま	1.5 g																		
しょうゆ	2.3 g																		
さとう	2 g																		
酒	1 g																		
本みりん	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）												
<table border="1"> <tr> <td>米</td> <td>牛乳</td> <td>豚ひき肉</td> <td>ひじき</td> </tr> <tr> <td>鶏卵</td> <td>にんじん</td> <td>小松菜</td> <td>キャベツ</td> </tr> <tr> <td>きゅうり</td> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> </table>	米	牛乳	豚ひき肉	ひじき	鶏卵	にんじん	小松菜	キャベツ	きゅうり				72%
米	牛乳	豚ひき肉	ひじき										
鶏卵	にんじん	小松菜	キャベツ										
きゅうり													

4 千産千消デーで実施した食に関する指導の概要

給食の時間に学級を訪問（千産千消メニューの説明）
給食日よりと地場産物使用メニューを学校メールで配信
校内放送で地場産物について説明（千葉市産の食材の紹介）

5 11月の指導回数

15

6 その他

市内産農産物を使用したメニューを市内共通で実施、10月～1月は市内産コシヒカリを使用している。

千産千消デー実施報告書

学校名または共同調理場名

千葉市立幕張小学校

1 献立

献立	
ごはん	
牛乳	
鶏肉のからあげ	
大豆の磯煮	
ごまみそ和え	
みかん	

2 地場産物を活用した料理のレシピ

<p>(1) 料理名 ごまみそ和え</p> <p>(2) 1人分の材料</p> <table border="0"> <tr> <td>もやし</td> <td>20 g</td> <td>白すりごま</td> <td>1.8 g</td> </tr> <tr> <td>こまつな</td> <td>15 g</td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>キャベツ</td> <td>15 g</td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>にんじん</td> <td>7 g</td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>ごま油</td> <td>0.5 g</td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>穀物酢</td> <td>0.7 g</td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>三温糖</td> <td>1 g</td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>白みそ</td> <td>2 g</td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>しょうゆ</td> <td>1.5 g</td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>みりん</td> <td>0.3 g</td> <td></td> <td></td> </tr> </table>	もやし	20 g	白すりごま	1.8 g	こまつな	15 g			キャベツ	15 g			にんじん	7 g			ごま油	0.5 g			穀物酢	0.7 g			三温糖	1 g			白みそ	2 g			しょうゆ	1.5 g			みりん	0.3 g			<p>(3) 作り方</p> <p>①調味料を合わせて加熱し、冷却する。</p> <p>②白すりごまは加熱し、冷却する。</p> <p>③キャベツとにんじんは千切り、こまつなは2cm程度のざく切りにする。</p> <p>④野菜をそれぞれ茹でて、冷却する。</p> <p>⑤野菜と白すりごま、調味料を和える。</p>
もやし	20 g	白すりごま	1.8 g																																						
こまつな	15 g																																								
キャベツ	15 g																																								
にんじん	7 g																																								
ごま油	0.5 g																																								
穀物酢	0.7 g																																								
三温糖	1 g																																								
白みそ	2 g																																								
しょうゆ	1.5 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）
米	牛乳	鶏肉	米粉	82%
豚肉	大豆	ひじき	れんこん	
にんじん	こまつな	キャベツ		

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、千産千消や千葉の食べ物について説明
給食時間における学級訪問
ICT機器を活用した千産千消の紹介
献立表、給食だよりへの記載

5 11月の指導回数

20

6 その他

市内産農産物を使用したメニューを市内共通で実施、10月～1月は市内産コシヒカリを使用している。
本市の地場（地域）産物である「さつまいも」を使ったレシピを3年生が総合的な学習の時間に考え、給食で提供した。

千産千消デー実施報告書

学校名または共同調理場名

千葉市立長作小学校

1 献立

献立	
ごはん	
牛乳	
豚肉の粒マスタード焼き	
人参そぼろ	
根菜ごま汁	
焼きのり	

2 地場産物を活用した料理のレシピ

<p>(1) 料理名 根菜ごま汁</p> <p>(2) 1人分の材料</p> <table border="0"> <tr> <td>鶏肉</td> <td>10g</td> <td>赤みそ</td> <td>4g</td> </tr> <tr> <td>ごぼう</td> <td>5g</td> <td>白みそ</td> <td>4g</td> </tr> <tr> <td>だいこん</td> <td>15g</td> <td>白すりごま</td> <td>1.5g</td> </tr> <tr> <td>さといも</td> <td>15g</td> <td>水</td> <td>90g</td> </tr> <tr> <td>にんじん</td> <td>10g</td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>根深ねぎ</td> <td>5g</td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>油揚げ</td> <td>5g</td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>木綿豆腐</td> <td>15g</td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>酒</td> <td>1.5g</td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>だしパック</td> <td>0.7g</td> <td></td> <td></td> </tr> </table>	鶏肉	10g	赤みそ	4g	ごぼう	5g	白みそ	4g	だいこん	15g	白すりごま	1.5g	さといも	15g	水	90g	にんじん	10g			根深ねぎ	5g			油揚げ	5g			木綿豆腐	15g			酒	1.5g			だしパック	0.7g			<p>(3) 作り方</p> <p>①だしパックと水を入れ、だし汁をとる。</p> <p>②だし汁を加熱し鶏肉と酒を入れ、再度沸騰したらあくをとる。</p> <p>③にんじん、だいこん、ごぼうを入れる。</p> <p>④にんにんに火が通ったら、さといもを入れる。</p> <p>⑤さといもに火が通ったら、木綿豆腐、油揚げ、根深ねぎを入れる。</p> <p>⑥溶いたみそを入れて味を調える。</p> <p>⑦すりごまを入れて仕上げる。</p>
鶏肉	10g	赤みそ	4g																																						
ごぼう	5g	白みそ	4g																																						
だいこん	15g	白すりごま	1.5g																																						
さといも	15g	水	90g																																						
にんじん	10g																																								
根深ねぎ	5g																																								
油揚げ	5g																																								
木綿豆腐	15g																																								
酒	1.5g																																								
だしパック	0.7g																																								

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	牛乳	豚肉	にんじん	70%
れんこん	だいこん	さといも	根深ねぎ	
木綿豆腐	焼きのり			

4 千産千消デーで実施した食に関する指導の概要

・給食だよりを発行した。
・給食一口メモを出すとともに、校内放送をした。

5 11月の指導回数

8回

6 その他

市内産農産物を使用したメニューを市内共通で実施、10月～1月は市内産コシヒカリを使用している。

千産千消デー実施報告書

学校名または共同調理場名

千葉市立幕張東小学校

1 献立

献立	
ご飯 牛乳 千葉県産焼きのり いわしのかば焼き さつま汁 みかん	

2 地場産物を活用した料理のレシピ

(1) 料理名 いわしのかば焼き (2) 1人分の材料 いわし開き 40g 白いりごま 1g 小麦粉 2g 片栗粉 4g 揚げ油 4g しょうが 0.3g 醤油 3g 上白糖 2g 酒 1g みりん 1g 水 2.5g	(3) 作り方 ①調味料、おろししょうが、水を煮立ててタレを作る。 ②小麦粉と片栗粉を合わせ、いわしにまぶす。 ③いわしを油で揚げる。 ④揚げたいわしをタレにつける。白ごまを振りかける。
---	---

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 いわし 牛乳 のり さつまいも 大根	78%

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、地産地消について説明（旬の食べ物は栄養が豊富にある）
給食の時間における学級訪問

5 11月の指導回数

15回

6 その他

市内産農産物を使用したメニューを市内共通で実施、10月～1月は市内産コシヒカリを使用している。

千産千消デー実施報告書

学校名または共同調理場名

こてはし台小学校

1 献立

献立	
ごはん 牛乳 いわしのかば焼き風 豚肉と大根の煮物 白菜漬け 花みかん	

2 地場産物を活用した料理のレシピ

(1) 料理名 いわしのかば焼き風 (2) 1人分の材料 いわし 40 g でんぷん 5 g 揚げ油 4 g 醤油 3.5 g 砂糖 3.5 g みりん 2 g 酒 2 g おろししょうが 0.5 g 水 2 g	(3) 作り方 ①調味料を煮立てて、しょうがを加え、たれを作る。 ②いわしにでんぷんをまぶして、油で揚げる。 ③揚げたいわしの上に①のたれをかける。
---	---

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 にんじん きゅうり 豚肉 いわし	72%

4 千産千消デーで実施した食に関する指導の概要

給食時間における学級訪問
一口メモを活用した地場産物の紹介

5 11月の指導回数

7回

6 その他

市内産農産物を使用したメニューを市内共通で実施、10月～1月は市内産コシヒカリを使用している。

千産千消デー実施報告書

学校名または共同調理場名

千葉市立西小中台小学校

1 献立

献立	
ごはん 牛乳 ささみフライ 具だくさん味噌汁 もやしの海苔和え スイートポテト	

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	(3) 作り方 ①さつまいもは皮をむき、厚めの輪切りにする。 ②崩れるくらい、柔らかくゆで、つぶす。 ③豆乳に砂糖、豆乳バターを入れ、温める。(沸騰させないように注意する。) ④つぶしたさつまいもに、③の温めた豆乳を加え混ぜる。絞り袋で絞れるくらい柔らかくなるよう、水で調節する。 ⑤アルミカップに、スプーンで落としていくか絞り袋に入れ、絞り出していく。 ⑥スプーンの裏にみりんをつけ、表面を押さえ、平らにする。 ⑦オーブンで、表面に焦げ目が付くように焼く。200℃、8分前後。
(2) 1人分の材料 さつまいも 25 g 豆乳バター 2 g 豆乳 8 g 砂糖 1 g みりん 0.1 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 長ねぎ 人参 キャベツ 大根 さつまいも	70%

4 千産千消デーで実施した食に関する指導の概要

・献立表に千葉市産の食材を使用した献立や千葉県産の農水産物について記載した。
・給食ひとくちメモを出し、校内放送で知らせた。
・給食室前に、3年生がまとめた千葉市産の人参について、掲示をした。
・給食の時間の巡回訪問で、千葉県産の食材について、話やクイズをした。

5 11月の指導回数

14回

6 その他

市内産農産物を使用したメニューを市内共通で実施、10月～1月は市内産コシヒカリを使用している。
給食試食会で、食育の一環として、地場産物を活用していることを知らせた。

千産千消デー実施報告書

学校名または共同調理場名

千葉市立さつきが丘東小学校

1 献立

献立	
ごはん	
牛乳	
いわしのかばやき	
さつま汁	
こまつなのごまマリネ	
やきのり	

2 地場産物を活用した料理のレシピ

(1) 料理名	さつま汁		(3) 作り方	
(2) 1人分の材料			①こんにゃくは下茹でする。だしパックと水でだし汁をとっておく。	
鶏むね肉	8g	油揚げ	5g	②釜にごま油を入れ鶏むね肉、ごぼうを炒める。
豆腐	20g	ごま油	0.5g	③こんにゃく、にんじん、だいこんを軽く炒め、だし汁を加える。
こんにゃく	10g	清酒	1g	④具材が煮えてきたら、あくを丁寧にとる。
さつまいも	20g	赤味噌	3.5g	⑤しめじ、さつまいも、油揚げ、豆腐を入れ、火力を落とす。
にんじん	8g	白味噌	3g	⑥ねぎ、赤味噌、白味噌を入れて仕上げる。
だいこん	15g	だしパック	2g	
ごぼう	6g	水	85g	
ねぎ	5g			
ぶなしめじ	5g			
こまつな	10g			

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	73%
キャベツ	
豆腐	
いわし	
こまつな	
牛乳	
ねぎ	
のり	
さつまいも	
にんじん	

4 千産千消デーで実施した食に関する指導の概要

給食だよりを活用し、地産地消の情報提供
一口メモを活用し、千葉市産の食材の紹介
給食時間における学級訪問
給食委員会による給食時間中の放送

5 11月の指導回数

6回

6 その他

市内産農産物を使用したメニューを市内共通で実施、10月～1月は市内産コシヒカリを使用している。

千産千消デー実施報告書

学校名または共同調理場名

千葉市立さつきが丘西小学校

1 献立

献立	
ごはん	
牛乳	
焼きのり	
いわしのかば焼き	
おひたし	
さつま汁	

2 地場産物を活用した料理のレシピ

(1) 料理名	さつま汁		(3) 作り方	
(2) 1人分の材料			①野菜をそれぞれ切り、ごぼうとさつまいもは水にさらしておく。	
豚もも肉	10 g	白みそ	4 g	②こんにゃくは下茹でする。だしパックでだしをとる。
サラダ油	0.5 g	赤みそ	4 g	③油を熱し、肉を炒める。
ごぼう	5 g			④にんじんとごぼうを加え、炒める。
大根	25 g			⑤大根とこんにゃくを加え、だしと水を加えて煮立てる。
にんじん	10 g			⑥野菜に火が通ったらさつまいもを入れる。
さつまいも	30 g			⑦さつまいもの表面の色が変わったらみそを溶き、ねぎを加える。
長ねぎ	5 g			
こんにゃく	5 g			
水	90 g			
だしパック	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）
米 こまつな さつまいも 牛乳 にんじん 長ねぎ 焼きのり 豚もも肉 いわし 大根	80%

4 千産千消デーで実施した食に関する指導の概要

給食メモを活用した千葉県産食材の紹介
給食の時間の学級訪問

5 11月の指導回数

5回

6 その他

市内産農産物を使用したメニューを市内共通で実施、10月～1月は市内産コシヒカリを使用している。

千産千消デー実施報告書

学校名または共同調理場名

千葉市立作新小学校

1 献立

献立	
ごはん	
牛乳	
焼き海苔	
いわしのかば焼き	
かきたま汁	
金時豆の煮豆 みかん	

2 地場産物を活用した料理のレシピ

<p>(1) 料理名 いわしのかば焼き</p> <p>(2) 1人分の材料</p> <table border="0"> <tr><td>いわし</td><td>50 g</td></tr> <tr><td>澱粉</td><td>8 g</td></tr> <tr><td>油</td><td>5 g</td></tr> <tr><td>白いりごま</td><td>0.36 g</td></tr> <tr><td>生姜</td><td>0.7 g</td></tr> <tr><td>砂糖</td><td>3.2 g</td></tr> <tr><td>しょうゆ</td><td>5 g</td></tr> <tr><td>みりん</td><td>1.2 g</td></tr> <tr><td>酒</td><td>1.5 g</td></tr> <tr><td>水</td><td>1.8 g</td></tr> </table>	いわし	50 g	澱粉	8 g	油	5 g	白いりごま	0.36 g	生姜	0.7 g	砂糖	3.2 g	しょうゆ	5 g	みりん	1.2 g	酒	1.5 g	水	1.8 g	<p>(3) 作り方</p> <p>①すりおろした生姜と調味料、水を混ぜ合わせ、煮立ててたれを作る。</p> <p>②ごまは、炒しておく。</p> <p>③いわしは、澱粉をまぶし、油で揚げる。</p> <p>④揚げたいわしに、①のたれをかけ、ごまをふる。</p>
いわし	50 g																				
澱粉	8 g																				
油	5 g																				
白いりごま	0.36 g																				
生姜	0.7 g																				
砂糖	3.2 g																				
しょうゆ	5 g																				
みりん	1.2 g																				
酒	1.5 g																				
水	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）
米 牛乳 いわし 豆腐 焼き海苔	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

18回

6 その他

市内産農産物を使用したメニューを市内共通で実施、10月～1月は市内産コシヒカリを使用している。

千産千消デー実施報告書

学校名または共同調理場名

千葉市立柏井小学校

1 献立

献立	
ごはん 牛乳 麻婆豆腐 ほうれん草のちゅうかドレッシングあえ パナナ	

2 地場産物を活用した料理のレシピ

(1) 料理名 ほうれん草のちゅうかドレッシングあえ (2) 1人分の材料 ほうれんそう 30g にんじん 13g ホールコーン 20g ごま油 1g 酢 3g 砂糖 0.3g 醤油 2g	(3) 作り方 ①調味料を合わせ沸かす ②野菜はボイルをし、水冷後保冷庫にて保管する ③釜で野菜、調味料を合わせる
---	--

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）
米 豚肉 にんじん ねぎ ほうれんそう	67%

4 千産千消デーで実施した食に関する指導の概要

給食委員会放送による千産千消デーの周知
一口メモによる千産千消デーの周知

5 11月の指導回数

2回

6 その他

市内産農産物を使用したメニューを市内共通で実施、10月～1月は市内産コシヒカリを使用している。

千産千消デー実施報告書

学校名または共同調理場名

千葉市立幕張南小学校

1 献立

献立	
ごはん	
牛乳	
いわしの甘露煮	
ごま和え	
豚汁	
みかん	

2 地場産物を活用した料理のレシピ

<p>(1) 料理名 いわしの甘露煮</p> <p>(2) 1人分の材料</p> <table border="0"> <tr><td>いわし</td><td>50 g</td></tr> <tr><td>しょうが</td><td>0.7 g</td></tr> <tr><td>梅干し</td><td>0.5 g</td></tr> <tr><td>しょうゆ</td><td>4.7 g</td></tr> <tr><td>砂糖</td><td>3.7 g</td></tr> <tr><td>みりん</td><td>1.3 g</td></tr> <tr><td>清酒</td><td>2 g</td></tr> <tr><td>穀物酢</td><td>1.2 g</td></tr> <tr><td>水</td><td>30 g</td></tr> </table>	いわし	50 g	しょうが	0.7 g	梅干し	0.5 g	しょうゆ	4.7 g	砂糖	3.7 g	みりん	1.3 g	清酒	2 g	穀物酢	1.2 g	水	30 g	<p>(3) 作り方</p> <p>①調味料・しょうが・梅干し・水を煮立たせる。</p> <p>②いわしを入れて、1時間以上煮込む。</p>
いわし	50 g																		
しょうが	0.7 g																		
梅干し	0.5 g																		
しょうゆ	4.7 g																		
砂糖	3.7 g																		
みりん	1.3 g																		
清酒	2 g																		
穀物酢	1.2 g																		
水	30 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	豚肉	82%
さといも	キャベツ	小松菜	大根	
にんじん	長ねぎ	豆腐		

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
給食だよりの掲載

5 11月の指導回数

13回

6 その他

市内産農産物を使用したメニューを市内共通で実施、10月～1月は市内産コシヒカリを使用している。

千産千消デー実施報告書

学校名または共同調理場名

千葉市立上の台小学校

1 献立

献立	
ごはん	
焼きのり	
牛乳	
鶏肉の甘酢唐揚げ	
ちばっこ呉汁	
ほうれん草のごま和え	
みかん	

2 地場産物を活用した料理のレシピ

(1) 料理名 鶏肉の甘酢唐揚げ	(3) 作り方 ①鶏肉に食塩、酒、しょうがで下味をつける。 ②鶏肉にでんぷんと米粉を合わせた粉をつけ、170℃位の油で揚げる。 ③たれ用の調味料を合わせて煮立て、揚げた鶏肉にかける。
(2) 1人分の材料	
鶏むね肉 45g 酢 0.7g	
食塩 0.2g 酒 1g	
酒 1g	
おろししょうが 0.3g	
米粉 2g	
でんぷん 3g	
大豆白絞油 4.5g	
三温糖 1.2g	
しょうゆ 2.5g	
みりん 0.8g	

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 豚肉 大根	81%
のり 大豆 長ねぎ	
牛乳 鶏肉 里芋 小松菜 ほうれん草	

4 千産千消デーで実施した食に関する指導の概要

栄養教諭による給食の時間の全校放送で地産地消について説明
地産地消の説明と当日に使用した千葉県産の食材の紹介の動画を作成し、学級へ配信
給食の時間におけるタブレット端末を使用した指導（第4学年）
給食室前の掲示スペースに、当日の給食で使用した千葉県産の食材を紹介するホワイトボードを掲示
給食だよりと献立表に千産千消デーについて記載

5 11月の指導回数

14回

6 その他

市内産農産物を使用したメニューを市内共通で実施、10月～1月は市内産コシヒカリを使用している。

千産千消デー実施報告書

学校名または共同調理場名

千葉市立朝日ヶ丘小学校

1 献立

献立	
麦ごはん	
牛乳	
いわしのかば焼き風	
肉豆腐	
塩だれキャベツ	
りんご	

2 地場産物を活用した料理のレシピ

<p>(1) 料理名 いわしのかば焼き風</p> <p>(2) 1人分の材料</p> <table border="0"> <tr> <td>いわし</td> <td>40 g</td> <td>でんぶん</td> <td>0.3 g</td> </tr> <tr> <td>でんぶん</td> <td>3.5 g</td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>大豆白絞油</td> <td>2 g</td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>しょうが</td> <td>0.3 g</td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>砂糖</td> <td>1.5 g</td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>しょうゆ</td> <td>3 g</td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>みりん</td> <td>3.5 g</td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>酒</td> <td>2 g</td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>水</td> <td>4 g</td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>白いりごま</td> <td>1.2 g</td> <td></td> <td></td> </tr> </table>	いわし	40 g	でんぶん	0.3 g	でんぶん	3.5 g			大豆白絞油	2 g			しょうが	0.3 g			砂糖	1.5 g			しょうゆ	3 g			みりん	3.5 g			酒	2 g			水	4 g			白いりごま	1.2 g			<p>(3) 作り方</p> <p>①いわしにでんぶんをつけて、180度の油で揚げる</p> <p>②すりおろしたしょうが、調味料、水、ごまを合わせて加熱し最後にでんぶんできつねをつけてタレを作る。</p> <p>③揚げたいわしにタレをくぐらせて完成。</p>
いわし	40 g	でんぶん	0.3 g																																						
でんぶん	3.5 g																																								
大豆白絞油	2 g																																								
しょうが	0.3 g																																								
砂糖	1.5 g																																								
しょうゆ	3 g																																								
みりん	3.5 g																																								
酒	2 g																																								
水	4 g																																								
白いりごま	1.2 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）								
<table border="0"> <tr> <td>米</td> <td>牛乳</td> <td>いわし</td> <td>豚肉</td> </tr> <tr> <td>にんじん</td> <td>さといも</td> <td>長ねぎ</td> <td>キャベツ</td> </tr> </table>	米	牛乳	いわし	豚肉	にんじん	さといも	長ねぎ	キャベツ	71%
米	牛乳	いわし	豚肉						
にんじん	さといも	長ねぎ	キャベツ						

4 千産千消デーで実施した食に関する指導の概要

給食委員会による給食中の放送
給食だより等を通じた地場産物食材の紹介
給食時間での教室訪問

5 11月の指導回数

14回

6 その他

市内産農産物を使用したメニューを市内共通で実施
10～1月は市内産コシヒカリを使用している

千産千消デー実施報告書

学校名または共同調理場名

千葉市立西の谷小学校

1 献立

献立	
ごはん	
牛乳	
鰯の蒲焼煮	
小松菜とハムのマヨ玉炒め	
大豆とひじきの磯煮	
バナナ	

2 地場産物を活用した料理のレシピ

<p>(1) 料理名 大豆とひじきの磯煮</p> <p>(2) 1人分の材料</p> <table border="0"> <tr> <td>ひじき</td> <td>1g</td> <td>三温糖</td> <td>1.3g</td> </tr> <tr> <td>大豆</td> <td>5.4g</td> <td>しょうゆ</td> <td>4g</td> </tr> <tr> <td>豚もも肉(千切)</td> <td>4g</td> <td>さやいんげん</td> <td>6g</td> </tr> <tr> <td>生揚げ</td> <td>13g</td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>ちくわ</td> <td>7g</td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>つきこんにゃく</td> <td>10g</td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>にんじん</td> <td>8g</td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>サラダ油</td> <td>0.3g</td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>和風だし</td> <td>0.2g</td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>酒</td> <td>1.5g</td> <td></td> <td></td> </tr> </table>	ひじき	1g	三温糖	1.3g	大豆	5.4g	しょうゆ	4g	豚もも肉(千切)	4g	さやいんげん	6g	生揚げ	13g			ちくわ	7g			つきこんにゃく	10g			にんじん	8g			サラダ油	0.3g			和風だし	0.2g			酒	1.5g			<p>(3) 作り方</p> <ol style="list-style-type: none"> ①乾燥大豆は前日に水で戻し、当日柔らかくなるまで煮る。 ②ひじきは水で戻し、よく洗っておく。 ③ちくわは半月切り2mm、にんじんは千切りにする。 ④生揚げは8mm角で油抜き、こんにゃくとさやいんげんは下茹でする。 ⑤サラダ油を加え、豚もも肉、酒を加えてよく炒める。 ⑥こんにゃく、ひじきを加え、大豆のゆで汁を加えて煮る。 ⑦調味料を8割程度入れ、加熱し、ちくわを加える。 ⑧生揚げを加え加熱し、にんじんを上のにのせて蒸らし煮にする。 ⑨にんじんにある程度火が通ったら、全体を混ぜ、味を調える。 ⑩最後にいんげんを加えて混ぜる。
ひじき	1g	三温糖	1.3g																																						
大豆	5.4g	しょうゆ	4g																																						
豚もも肉(千切)	4g	さやいんげん	6g																																						
生揚げ	13g																																								
ちくわ	7g																																								
つきこんにゃく	10g																																								
にんじん	8g																																								
サラダ油	0.3g																																								
和風だし	0.2g																																								
酒	1.5g																																								

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 小松菜 鶏卵 ひじき 大豆 にんじん	68%

4 千産千消デーで実施した食に関する指導の概要

毎日クラスに配付している一口メモを活用し、千葉県産の食材について知らせた。
給食委員会による給食時間の放送
給食だよりや地場産物の資料を活用した千葉県産の食材の紹介

5 11月の指導回数

15回

6 その他

市内産農産物を使用したメニューを市内共通で実施、10月～1月は市内産コシヒカリを使用している。

千産千消デー実施報告書

学校名または共同調理場名

千葉市立瑞穂小学校

1 献立

献立	
ごはん 焼きのり 牛乳 いわしのかば焼き さつま汁 塩だれキャベツ みかん	

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 (2) 1人分の材料 いわし 25g 白いりごま 1g でんぷん 2g 米粉 1g 大豆白絞油 2.4g しょうが 0.5g しょうゆ 3g 三温糖 2g 酒 1g みりん 1g 水 2.5g	(3) 作り方 ①いわしに、でんぷんと米粉を混ぜた粉をつける。 ②油で揚げる。 ③調味料を煮立てて、たれを作る。 ④揚げたいわしに、たれをつける。 ⑤ごまをふりかける。
---	---

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）
こめ 牛乳 のり いわし さつまいも だいこん もやし	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

10回

6 その他

市内産農産物を使用したメニューを市内共通で実施、10月～1月は市内産コシヒカリを使用している。
献立表や給食試食会を通して、保護者へ市内農産物の活用や千産千消デーを周知した。

千産千消デー実施報告書

学校名または共同調理場名

千葉市立花島小学校

1 献立

献立	
ご飯 牛乳 いわしのごま酢かけ かきたま汁 磯香和え 柿	

2 地場産物を活用した料理のレシピ

(1) 料理名 いわしのごま酢かけ	(3) 作り方 ①いわしに粉（片栗粉、米粉）をまぶす。 ②170度の油で、5分くらい揚げる。 ③白すりごまは炒る。 ④調味料（三温糖、しょうゆ、酢、水）を混ぜ合わせ、たれを作る。 ⑤揚げたいわしに、③ごま、④たれをかける。
(2) 1人分の材料 いわし開き 40 g 片栗粉 3 g 米粉 2 g 揚げ油 3 g 白すりごま 2 g 三温糖 1.1 g こいくちしょうゆ 2.8 g 穀物酢 1.1 g 水 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）
米 牛乳 いわし 鶏卵 のり にんじん 小松菜 キャベツ ねぎ ほうれんそう 米粉	75%

4 千産千消デーで実施した食に関する指導の概要

・給食一口メモを配付し、千産千消や給食で使用した千葉県産の食べ物を紹介
・給食委員会による校内放送で、千産千消について説明
・給食の時間に学級訪問し、クイズ形式で千葉県産の食べ物を紹介
・千葉県の特産物の資料を給食室前に掲示

5 11月の指導回数

7回

6 その他

市内産農産物を使用したメニューを市内共通で実施、レシピを家庭に配付した。10月～1月は市内産コンヒカリを使用している。

千産千消デー実施報告書

学校名または共同調理場名

千葉市立花見川小学校

1 献立

献立	
ごはん	
牛乳	
いわしの甘辛揚げ	
鶏肉と野菜の味噌煮	
りんご	

2 地場産物を活用した料理のレシピ

<p>(1) 料理名 鶏肉と野菜の味噌煮</p> <p>(2) 1人分の材料</p> <table border="1"> <tr><td>鶏肉</td><td>15g</td><td>赤味噌</td><td>5.5g</td></tr> <tr><td>にんじん</td><td>15g</td><td>砂糖</td><td>1.5g</td></tr> <tr><td>じゃがいも</td><td>42g</td><td>しょうゆ</td><td>2.1g</td></tr> <tr><td>ごぼう</td><td>12g</td><td>酒</td><td>2.1g</td></tr> <tr><td>大根</td><td>17g</td><td>和風だし</td><td>0.7g</td></tr> <tr><td>ねぎ</td><td>12g</td><td>サラダ油</td><td>0.5g</td></tr> <tr><td>こまつな</td><td>10g</td><td>水</td><td>27g</td></tr> <tr><td>厚揚げ</td><td>20g</td><td></td><td></td></tr> <tr><td>さつま揚げ</td><td>10g</td><td></td><td></td></tr> <tr><td>板こんにゃく</td><td>12g</td><td></td><td></td></tr> </table>	鶏肉	15g	赤味噌	5.5g	にんじん	15g	砂糖	1.5g	じゃがいも	42g	しょうゆ	2.1g	ごぼう	12g	酒	2.1g	大根	17g	和風だし	0.7g	ねぎ	12g	サラダ油	0.5g	こまつな	10g	水	27g	厚揚げ	20g			さつま揚げ	10g			板こんにゃく	12g			<p>(3) 作り方</p> <p>①野菜は、それぞれ切っておく。にんじん・大根5mmちょう切り、ごぼう・ねぎ5mmななめ切り じゃがいも一口大、こまつな2cm幅で切る。こまつなは、下茹でしておく。</p> <p>②板こんにゃく縦2本切り5mm幅にする。下茹でする。厚揚げ縦2本切り7mm幅にする。 さつま揚げ縦1本切り1cm幅にする。厚揚げ・さつま揚げは油抜きする。</p> <p>③釜を熱してサラダ油を入れる。鶏肉を入れて炒めて酒を加える。 次に、固めの材料から順に加えて炒める。分量の水を入れて煮る。</p> <p>④③にじゃがいもを加えて煮る。じゃがいもが少し煮えてきたら、 さつま揚げを入れる。みそ以外の調味料を入れて、さらに煮ていく。</p> <p>⑤④に厚揚げ、ねぎを入れ、水でといたみそを加える。最後に、こまつなを入れて味を調べて仕上げます。</p>
鶏肉	15g	赤味噌	5.5g																																						
にんじん	15g	砂糖	1.5g																																						
じゃがいも	42g	しょうゆ	2.1g																																						
ごぼう	12g	酒	2.1g																																						
大根	17g	和風だし	0.7g																																						
ねぎ	12g	サラダ油	0.5g																																						
こまつな	10g	水	27g																																						
厚揚げ	20g																																								
さつま揚げ	10g																																								
板こんにゃく	12g																																								

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 にんじん 大根 ねぎ こまつな いわし 鶏肉	70%

4 千産千消デーで実施した食に関する指導の概要

給食時間に校内放送を活用し、地産地消について説明
地場産物の説明や給食のレシピを載せた印刷物を配付
給食時間における学級訪問

5 11月の指導回数

12回

6 その他

市内産農産物を使用したメニューを市内共通で実施、10月～1月は市内産コシヒカリを使用している。
千葉市の地場産物（こまつな・キャベツ）を使用した共通メニューを実施した。

千産千消デー実施報告書

学校名または共同調理場名

こてはし学校給食センター

1 献立

献立	
ごはん	
牛乳	
いわしの甘辛揚げ	
さつまい	
のり和え	

2 地場産物を活用した料理のレシピ

(1) 料理名 のり和え	(3) 作り方 ①きざみのり、塩をそれぞれ煎る。 ②調味料（しょうゆ・砂糖・みりん）を煮立たせて、冷却する。 ③野菜はボイルし冷却する。 ④野菜に塩を入れ、水出しをする。 ⑤②のたれと煎ったきざみのりを加え、和える。
(2) 1人分の材料	
ほうれんそう 10g	
もやし 25g	
にんじん 15g	
かんぴょう 2g	
しょうゆ 3.1g	
みりん 1g	
砂糖 0.7g	
きざみのり 1g	
食塩 0.15g	

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 大根 豆腐 さつまいも ほうれんそう きざみのり	71%

4 千産千消デーで実施した食に関する指導の概要

・学校給食献立予定表への記載
・教師用資料で、地産地消にちなんだ献立が出ることを周知
・給食時間における校内放送の原稿を作成
・給食だよりで千葉市の学校給食で使われている地場産物の紹介

5 11月の指導回数

1回

6 その他

市内産農産物を使用したメニューを市内共通で実施、10月～1月は市内産コシヒカリを使用している。
年間を通して、市内産の小松菜を使用している。