

千産千消デー実施報告書

学校名または共同調理場名

木更津市立東清小学校

1 献立

献立	
ごはん 木更津産焼きのり 牛乳 いわしのメンチカツ 豚肉とおいもの煮物	

2 地場産物を活用した料理のレシピ

(1) 料理名 豚肉とおいもの煮物	(3) 作り方
(2) 1人分の材料	
豚もも肉 20g さつまいも 60g 大根 25g にんじん 20g ごぼう 15g こんにゃく 20g さつま揚げ 12g 冷凍むぎ枝豆 3.5g 清酒 1g 上白糖 2.6g	こいくち醤油 2.4g 白みそ 3.2g 和風だしの素 0.6g 本みりん 1.5g サラダ油 0.5g 水 6g
	①にんじん、大根はいちょうに切りにする。 ②さつまいもはいちょう切り、ごぼうは斜めスライスし水でさらしておく。 ③こんにゃく、さつま揚げはボイルする。 ④サラダ油で肉を炒め、酒をふる。 ⑤にんじん、ごぼう、大根、じゃがいもの順に入れて炒める。 ⑥水を加えて煮る。 ⑦砂糖、和風だしの素を加えてまぜる。 ⑧さつまいも、さつま揚げ、枝豆を入れて煮る ⑨醤油で溶いたみそと、みりんを加えてまぜる。 ⑩味を見て調整し、中心温度を計る。

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 豚肉 さつまいも 大根 にんじん 焼きのり	62%

4 千産千消デーで実施した食に関する指導の概要

献立表にて、千葉県産食材の紹介
掲示物にて、県内産食材の紹介
職員会議や打ち合わせ時に、職員へ取組の周知と実施依頼
給食時間の放送と学級訪問。（1、2年生が育てたさつま芋を提供した時には、さつま芋に関する動画を全学年で視聴）
1,2年生が育てたさつまいもを給食で使用。給食時間に、1,2年生にさつまいも畑の先生(地域の方)を招待し、交流。

5 11月の指導回数

21回

6 その他

11月より木更津市産の化学農薬・化学肥料を使用しないお米「きさらづ学校給食米®」を提供している。
4月8月3月以外の月に、「食育の日」前後で木更津産の焼きのりを提供。
地元生産者と調整して、有機野菜を使用している。（7月にはじゃがいも、人参、9月には人参を使用）

千産千消デー実施報告書

学校名または共同調理場名

木更津市立祇園小学校

1 献立

献立	
ごはん	
牛乳	
木更津産焼きのり	
いわしの香味フライ	
さつまいものきんぴら 切り干し大根のみそ汁	

2 地場産物を活用した料理のレシピ

<p>(1) 料理名 さつまいものきんぴら</p> <p>(2) 1人分の材料</p> <table border="0"> <tr><td>さつまいも</td><td>22.2 g</td></tr> <tr><td>にんじん</td><td>10.2 g</td></tr> <tr><td>ベーコン</td><td>3 g</td></tr> <tr><td>セロリ</td><td>8 g</td></tr> <tr><td>しょうゆ</td><td>0.9 g</td></tr> <tr><td>和風だし</td><td>0.12 g</td></tr> <tr><td>酒</td><td>0.6 g</td></tr> <tr><td>食塩</td><td>0.06 g</td></tr> <tr><td>ごま油</td><td>1.08 g</td></tr> </table>	さつまいも	22.2 g	にんじん	10.2 g	ベーコン	3 g	セロリ	8 g	しょうゆ	0.9 g	和風だし	0.12 g	酒	0.6 g	食塩	0.06 g	ごま油	1.08 g	<p>(3) 作り方</p> <p>①さつまいもは千切り。にんじんは千切り。セロリは千切り。</p> <p>②ごま油でベーコンを炒める。</p> <p>③酒、和風だし、しょうゆを入れて炒める。</p> <p>④塩を1/2入れる。</p> <p>⑤味見して、塩を入れ味を調える。</p>
さつまいも	22.2 g																		
にんじん	10.2 g																		
ベーコン	3 g																		
セロリ	8 g																		
しょうゆ	0.9 g																		
和風だし	0.12 g																		
酒	0.6 g																		
食塩	0.06 g																		
ごま油	1.08 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 にんじん 牛乳 のり さつまいも 切り干し大根	62%

4 千産千消デーで実施した食に関する指導の概要

給食時間のクラス訪問で、千葉県産の食材や料理を紹介。
献立表やお便りに、千産千消デーのお知らせをのせて、児童・保護者・教職員等に周知。
給食時間の校内放送で、一口メモと「ノリノリ木更津」CDを放送。

5 11月の指導回数

18回

6 その他

化学農薬・化学肥料を使わずに作られたお米「きさらづ学校給食米®」を11月から提供
食育の日に木更津産焼きのりを提供（年9回）

千産千消デー実施報告書

学校名または共同調理場名

木更津市立岩根小学校

1 献立

献立	
ごはん 牛乳 豚肉の青のり塩こうじ炒め さつまいもの味噌汁 木更津産焼きのり	

2 地場産物を活用した料理のレシピ

(1) 料理名 豚肉の青のり塩こうじ炒め	(3) 作り方 ①キャベツはざく切りに、長ねぎはみじん切りに、にんにくはすりおろしておく。 ②油をひき、にんにくを香りがでるまで炒める。 ③豚肉と長ねぎを入れ炒める。 ④キャベツともやしを入れ炒める。 ⑤調味料を入れる。 ⑥あおさ粉を入れる。 ⑦水溶き片栗粉でとろみをつける。
(2) 1人分の材料 豚肉 30g 塩 0.1g キャベツ 30g 片栗粉 0.9g もやし 20g 長ねぎ 5g にんにく 0.4g 油 0.3g 清酒 1g 本みりん 1.5g 液体塩こうじ 3.5g あおさ粉 0.08g	

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 焼きのり 豚肉 さつまいも にんじん	78%

4 千産千消デーで実施した食に関する指導の概要

給食委員会が給食の放送にて地産地消について説明（千葉県産旬の食材について）
給食時間に学級訪問（給食で使用している食材について等）
給食室前掲示物にて紹介（さらづ学校給食米®について）
電子黒板用資料を各クラスに配信（きさらづ学校給食米®について）
給食だよりで紹介（さらづ学校給食米®について）

5 11月の指導回数

25回

6 その他

化学農業・化学肥料を使用しないお米「きさらづ学校給食米®」を11月から提供。
木更津産の焼きのりを年9回提供。
1月より地元産の長ねぎを給食に提供予定。
全国学校給食週間に市内産及び近隣市産の野菜を提供予定。

千産千消デー実施報告書

学校名または共同調理場名

木更津市立高柳小学校

1 献立

献立	
ごはん	
牛乳	
やきのり	
あじのさんが焼き	
ひじきの煮物 大根と油揚げのみそ汁	

2 地場産物を活用した料理のレシピ

<p>(1) 料理名 ひじきの煮物</p>	<p>(3) 作り方</p> <p>①ひじき・干し椎茸はもどしておく。にんじんは千切り、つきこんにゃくはボイルをする。</p> <p>②油をひき、豚肉を炒め、酒をふりいれる。</p> <p>③にんじんを加える。</p> <p>④干し椎茸・つきこんにゃくを加えて炒める。</p> <p>⑤ひじきを加えてさらに炒める。</p> <p>⑥水、だしをいれて煮る。</p> <p>⑦にんじんが半煮えになったら、三温糖・醤油を加えて煮る。</p> <p>⑧ちくわをいれてさらに煮込む。</p> <p>⑨枝豆・みりんをいれて更に煮込む。</p> <p>⑩香り付けにごま油を入れる。</p>	
<p>(2) 1人分の材料</p> <p>ひじき 1.8g みりん 0.75g</p> <p>豚肉 10g しょうゆ 3g</p> <p>焼きちくわ 8g 和風だし 0.2g</p> <p>にんじん 8g 水 20g</p> <p>つきこんにゃく 8g ごま油 0.3g</p> <p>干し椎茸 0.5g</p> <p>むき枝豆 4g</p> <p>油 0.5g</p> <p>三温糖 1.5g</p> <p>酒 0.7g</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）
米 牛乳 のり 豚肉 にんじん ひじき	60%

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）
給食に時間における学級訪問（地産地消について、千産千消献立の説明、お米について）
地産地消について掲示（地産地消とは、千葉県産クイズ）

5 11月の指導回数

14回

6 その他

11月～3月まで農業・化学肥料を使用していないきさらづ学校給食米®を提供予定。
年9回、食育の日に木更津産焼きのりを提供し、放送では「ノリノリきさらづ」の歌を放送。
1月より地元産の長ねぎを給食で提供予定。
全国学校給食週間の期間、市内産及び近隣市産の野菜を使用予定。

千産千消デー実施報告書

学校名または共同調理場名

木更津市立波岡小学校

1 献立

献立	
牛乳	
麦ご飯	
ねぎ塩豚丼の具	
かぶと厚揚げのみそ汁	
ひとくち牛乳プリン	

2 地場産物を活用した料理のレシピ

(1) 料理名 ねぎ塩豚丼の具	(3) 作り方
(2) 1人分の材料	①長ねぎはななめ切りにし、もやしはボイルして水をきっておく。
豚肉 45g でんぷん 1g	②ごま油を熱し、おろしにんにくを炒める。
おろしにんにく 0.77g ごま油 1.1g	③香りが出たら豚肉を加えて酒をふりながら炒める。
もやし 38.5g	④長ねぎ・もやしを加えて炒める。
長ねぎ 15.4g	⑤食塩・こしょう・コンソメを加える。
酒 2.3g	⑥水溶きでんぷんでとろみをつける。
食塩 0.6g	⑦レモン汁・白ごまを加える。
こしょう 少々g	
コンソメ 0.19g	
レモン汁 1.15g	
白ごま 0.77g	

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	71%

4 千産千消デーで実施した食に関する指導の概要

・給食時間に学級訪問し、地産地消と千葉県産食材・きさらづ学校給食米®について説明
・校内放送の活用（地産地消・千葉県産食材・きさらづ学校給食米®について）
・掲示物の活用（地産地消・千葉県産食材・きさらづ学校給食米®について）
・給食だよりの活用（地産地消・千葉県産食材・きさらづ学校給食米®について）

5 11月の指導回数

21回

6 その他

・化学農薬・化学肥料を使用しないお米「きさらづ学校給食米®」を11月より提供
・新木更津市漁業協同組合と市で製品化した木更津市産焼き海苔を年9回提供。
・全国学校給食週間に市内産及び近隣市産の野菜を使用予定。

千産千消デー実施報告書

学校名または共同調理場名

木更津市立鎌足小学校

1 献立

献立	
ごはん	
牛乳	
豚肉のごま風味炒め	
つみれ団子汁 お米のムース	

2 地場産物を活用した料理のレシピ

<p>(1) 料理名 つみれ団子汁</p>		<p>(3) 作り方</p> <p>①釜に水・いちょう切りにした人参・大根、ささがき切りにしたごぼうを煮る。</p> <p>②アクを取り、かつお節パックでとっただし汁・つみれ団子入れる。</p> <p>③ざく切りにした白菜を入れる。</p> <p>④和だし・味噌を入れる。</p> <p>⑤最後に小口切りにした長ねぎを入れ、ひと煮立ちさせる。</p>
<p>(2) 1人分の材料</p> <p>つみれ団子 20g 水 115g</p> <p>大根 20g</p> <p>にんじん 8g</p> <p>洗いごぼう 5g</p> <p>白菜 15g</p> <p>長ねぎ 7g</p> <p>和風だしの素 0.5g</p> <p>鰹だしパック 0.6g</p> <p>赤みそ 3.5g</p> <p>白みそ 3.5g</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）
米	牛乳	つみれ団子	焼きのり	97%
生姜	長ねぎ	大根	にんじん	
ごぼう	白菜	お米のムース		

4 千産千消デーで実施した食に関する指導の概要

校内放送で使用食材の産地紹介（鎌足地区産、木更津市産、千葉県産）
給食時間のクラス訪問で地産地消について説明
配食校の中学校へ地産地消について、使用食材の産地紹介についての一口メモを配付

5 11月の指導回数

40回

6 その他

化学肥料・農薬を使用していない「きさらづ学校給食米®」を小学校は通年で自校で炊飯し、提供をしている。
年に9回、木更津産焼きのりを提供している。
3年生の総合的な学習で、鎌足小学校で行っている地産地消給食および資源循環の取り組みについて授業を実施。
5年生の総合的な学習で、きさらづ学校給食米®の取り組みについて授業を実施。

千産千消デー実施報告書

学校名または共同調理場名

木更津市立金田小学校

1 献立

献立	
コッペパン 牛乳 木更津産野菜のポトフ レインボースメルトのフリット 木更津産ブルーベリーの手作りジャム	

2 地場産物を活用した料理のレシピ

(1) 料理名 木更津産野菜のポトフ	(3) 作り方 ①釜に水・鶏肉・ウィンナーを入れ、あくをとりながら煮る。 ②野菜も順に入れていく。にんじん、玉ねぎ、じゃがいも、ながねぎを入れて煮る。適宜あくをとる。 ③キャベツ、カリフラワーも入れる。 ④味つけをする。さとう、冷凍チキンブイヨン、塩、こしょう、スープストックを入れる。 ⑤味見をして、中心温度を測定する。
(2) 1人分の材料 とりもも肉 16g チキンブイヨン 0.2g ウィンナー 8g スープストック 少々 白ワイン 1g 食塩 0.1g にんじん 15g 白こしょう 20g 玉ねぎ 20g 上白糖 10g じゃがいも 30g 水 20g キャベツ 70g カリフラワー 2g 長ねぎ 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）
牛乳 鶏肉 カリフラワー ブルーベリー にんじん キャベツ	42%

4 千産千消デーで実施した食に関する指導の概要

給食委員会児童によるお昼の校内放送、ホームページでの啓発
クラス用チラシの配付
食育掲示、生産者さんから資料提供してもらった画像等の掲示
給食時間の学級訪問による啓発
調理の様子の写真をチラシに掲載

5 11月の指導回数

21

6 その他

市のオーガニックなまちづくり事業の一環で、化学農薬・化学肥料を使用しないお米「きさらづ学校給食米®」を11月より使用。
新木更津市漁協との連携で製品化した焼きのり及び端切れ海苔も給食に使用。
木更津市農協・市内農家との連携により、地場産とうもろこし、ブルーベリー、カリフラワー、ブロッコリー、キャベツ、長ねぎ等を積極的に使用。

千産千消デー実施報告書

学校名または共同調理場名

木更津市立中郷小学校

1 献立

献立	
ごはん 牛乳 いわしの開き 大学芋 すまし汁	

2 地場産物を活用した料理のレシピ

(1) 料理名 大学芋	(3) 作り方 ①さつまいもを素揚げする。 ②黒ごまはから煎りする。 ③調味料を煮詰めてタレをつくる。 ④さつまいもとタレを合わせ、黒ごまを加える。 ⑤味をみて仕上げる。
(2) 1人分の材料 さつまいも 40 g 菜種白絞油 3 g 上白糖 4.85 g こいくちしょうゆ 1.9 g みりん 1.9 g 水 2.9 g 炒りごま(黒) 0.6 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 みつば 牛乳 にんじん いわし こまつな さつまいも	84%

4 千産千消デーで実施した食に関する指導の概要

給食委員会による校内放送で、千葉県産の食材の説明。
献立表・給食だよりで、地産地消や木更津市産食材についての説明。
給食時間における学級訪問。魚の食べ方の指導など。
地産地消に関するクイズの掲示。

5 11月の指導回数

20回

6 その他

化学農薬や化学肥料を使用しない「きさらづ学校給食米®」を年間を通して提供している。
木更津産焼きのりを年9回提供。
中郷地区で生産されたお米やとうもろこし、じゃがいも、さつまいも、レタス、豚肉を給食で提供。

千産千消デー実施報告書

学校名または共同調理場名

木更津市立富来田小学校

1 献立

献立	
ごはん 牛乳 鶏肉とさつまいもの揚げ煮 切干大根のスープ	

2 地場産物を活用した料理のレシピ

(1) 料理名 鶏肉とさつまいもの揚げ煮	(3) 作り方 ①おろししょうが、しょうゆ、酒で下味をつけた鶏肉にでんぷんをまぶして揚げる。 ②小さめの乱切りにしたさつまい芋を素揚げする。 ③油でいちょう切りした人参、スライスした玉ねぎ、千切りのたけのこ、枝豆を炒める。 ④揚げた鶏肉、さつまいもを合わせる。 ⑤味を調える。
(2) 1人分の材料 鶏肉 25g 枝豆 5g おろししょうが 1g 砂糖 3g しょうゆ 2g しょうゆ 2.5g 酒 1g トマトケチャップ 2.5g でんぷん 5g スープストック 0.5g 油 4g 水 8g さつまいも 35g たまねぎ 30g 人参 15g たけのこ 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 牛乳 さつまいも にんじん 切干大根 ベーコン	71%

4 千産千消デーで実施した食に関する指導の概要

給食時間における学級への訪問
校内放送を活用し、地産地消について説明
掲示物での全校への周知

5 11月の指導回数

43回

6 その他

11月から化学農薬・化学肥料を使用しないお米「きさらづ学校給食米®」を提供。
木更津産焼きのりを年9回提供。
7月から地元の施設で育てたじゃがいもを給食へ提供。

千産千消デー実施報告書

学校名または共同調理場名

木更津市立八幡台小学校

1 献立

献立	
ごはん	
牛乳	
かつおフライ	
木更津産海苔のみそ汁	
お米のムース	

2 地場産物を活用した料理のレシピ

(1) 料理名 木更津産海苔のみそ汁	(3) 作り方 ①人参、大根をいちょうに切る。じゃがいもは厚めのいちょう切り、白菜をざく切りにする。 ②だしをとっておく。 ③肉をから煎りする。(酒を振り入れる) ④にんじんを加える。 ⑤だし汁を加える。 ⑥大根、白菜、じゃがいも、豆腐の順に入れ煮る。 ⑦調味料を加える。 ⑧火を止めてから、海苔を入れる。
(2) 1人分の材料	
豚肉 10g 赤みそ 3g	
きざみ海苔 0.4g 白みそ 6g	
豆腐 15g 水 120g	
じゃがいも 30g	
にんじん 5g	
白菜 20g	
大根 20g	
酒 0.9g	
かつおだしパック 1g	
和風だしの素 0.5g	

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）
きさらづ学校給食米® 牛乳 かつお 豚肉 海苔 人参 お米のムース	88%

4 千産千消デーで実施した食に関する指導の概要

・給食一口メモを出し、給食時間に給食委員会の児童より放送した
・献立表、給食だよりに地場産物・産地地消について記載し、紹介した
・配膳室前の掲示物（木更津産焼き海苔、千葉県産の産地情報）
・給食委員会で、牛乳ゴクゴクキャンペーンを実施した

5 11月の指導回数

23回

6 その他

化学農薬・化学肥料を使用しない「きさらづ学校給食米®」を11月から提供
木更津産焼き海苔を食育の日前後に提供（年9回）
全国学校給食週間に市内産および近隣市産の野菜を提供予定。

千産千消デー実施報告書

学校名または共同調理場名

木更津市学校給食センター

1 献立

献立	
ごはん 牛乳 豚肉のスタミナ炒め 厚焼きたまご れんこんサラダ おこめのムース	

2 地場産物を活用した料理のレシピ

(1) 料理名 豚肉のスタミナ炒め	(3) 作り方 ①長ねぎは輪切り、しょうがとにんにくはみじん切り、にらは1cm、玉ねぎは1/2スライスに切る。 人参は千切りにする。春雨は水で戻す。みそは、しょう油と酒(2.4g)で溶いておく。 ②油でにんにく・しょうが・長ねぎを炒める。 ③豚肉に酒をふり炒める。 ④玉ねぎ・もやしを加える。 ⑤調味料・キムチを加える。 ⑥にんじん・春雨・にらを加える。 ⑦最後に粉末寒天・ごま油を加え味を調えたら完成。
(2) 1人分の材料	
豚肉 35g 冷凍キムチ 10g 長ねぎ 5g 春雨 3g しょうが 0.5g 粉末寒天 0.5g にんにく 1.3g 赤みそ 2g 酒 2g しょうゆ 3g サラダ油 0.3g 上白糖 1.1g にら 3g 酒 2.4g もやし 20g ごま油 0.5g 玉ねぎ 35g にんじん 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 豚肉 もやし にんじん にんにく きゅうり	68%

4 千産千消デーで実施した食に関する指導の概要

給食時間等に活用できる電子黒板に投影する資料を配付した。
給食だよりを通してきさらづ学校給食米®について説明した。
掲示物を作成してきさらづ学校給食米®について説明した。

5 11月の指導回数

17回

6 その他

11月から、化学肥料・化学農薬を使用しない「きさらづ学校給食米®」の提供。
木更津産のりを使用した、「木更津産焼きのり」の提供及び「端切れのり」の活用。「焼きのり」は年9回提供予定。
全国学校給食週間に市内産及び近隣市産の野菜を提供予定。