

千産千消デー実施報告書

学校名または共同調理場名 市原市 市原学校給食センター

1 献立

献立	
ごはん 牛乳 パパイア入りハンバーグケチャップソース 野菜スープ ひじきと大根のサラダ チーバくんのミルクカステラ	

2 地場産物を活用した料理のレシピ

(1) 料理名 ひじきと大根のサラダ (2) 1人分の材料 ひじき 0.8g だいこん 20g にんじん 4g こねぎ 4g ハム 4g 油揚げ 2.4g ごま油 0.8g 玉葱ドレッシング 6g	(3) 作り方 ①ひじきは、洗って戻す。だいこん、にんじんは、細めの千切り、こねぎは2cm、ハムは短冊切り、油揚げは短冊に切り、油抜きをする。 ②①をゆでて、真空冷却器にかけ、冷蔵庫で冷やす。 ③ごま油と玉葱ドレッシングで味を調える。
--	--

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）
ごはん ひじき 牛乳 大根 ハンバーグパパイア入り チーバくんの ミルクカステラ 鶏肉	62%

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、地産地消の意義と給食で使っている千葉県産、市原産食材について紹介した。
献立表のコラムに地産地消を取り上げ、保護者にも地産地消についてPRした。
食に関する指導で牛乳（千葉県産）を取り上げた。

5 11月の指導回数

13回

6 その他

6月の千葉県民の日献立では、市原の野菜入り味噌汁、ひじきの炒り煮、キャロットゼリーと県産、市原産食材を活用し、学校や保護者にPRをした。
10月の市原市民の日献立では、いちほろチャーハン、さつまいもとみつばのかき揚げ、パパイア入りチキンソテー、梨マフィンを取り入れ、学校や保護者にPRをした。
2月に市原市のご当地料理であるいちほろめんと市原産米粉のキャラメルマフィンを実施し、給食一口メモ等でPRする予定。
食に関する指導で牛乳（千葉県産）を取り上げた。
保護者対象の試食会で地産地消も取り上げた。
施設見学の児童に地場産物について紹介した。

千産千消デー実施報告書

学校名または共同調理場名

岩崎学校給食共同調理場

1 献立

献立	
ごはん	
牛乳	
パイア入りハンバーグおろしソース	
大根と鶏肉の塩こうじスープ	
さつまいもサラダ	
卵不使用マヨネーズ	
梨ゼリー	

2 地場産物を活用した料理のレシピ

(1) 料理名 大根と鶏肉の塩こうじスープ	(3) 作り方 ①大根・にんじんはちょう切り、玉葱は薄切りにする。 チンゲンサイは1～2cm程度に切る。 ぶなしめじは石づきをとり、ほぐす。乾燥わかめは戻す。 ②湯を沸かし、鶏肉・人参を順に入れ、あくをとる。 大根・玉葱を入れ、煮えたらぶなしめじを加える。 ③調味料で味を調え、チンゲンサイを入れて仕上げる。
(2) 1人分の材料	
鶏肉 20g 白こしょう 0.03g	
大根 45g 塩こうじ 5g	
人参 10g 水 170g	
ぶなしめじ 6g	
玉葱 20g	
チンゲンサイ 15g	
乾燥わかめ 0.6g	
顆粒中華だし 1.4g	
豆乳入り白湯スープ 12g	
食塩 0.35g	

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 ハンバーグ 大根 チンゲンサイ 塩麴 人参 鶏肉 さつまいも 梨ゼリー	86%

4 千産千消デーで実施した食に関する指導の概要

ひとくちメモによる指導（掲示・校内放送）。
生産者・調理場・学校の交流給食（八幡中学校・五井中学校）
掲示資料の送付。
献立表の献立欄やコラムによる指導。
教育委員会で作成した動画の放送。

5 11月の指導回数

8回

6 その他

千産千消デー実施報告書

学校名または共同調理場名

市原市南総学校給食共同調理場

1 献立

献立	
ごはん 牛乳 パパイア入りハンバーグ おろしソース 大根と鶏肉の塩こうじスープ さつまいもサラダ マヨネーズ（卵不使用） 市原の梨ゼリー	

2 地場産物を活用した料理のレシピ

(1) 料理名 大根と鶏肉の塩こうじスープ	(3) 作り方 ①大根は6mm、人参は3mmのいちょう切りにする。 ②玉ねぎは縦半分に切り、3mm幅にスライスする。 ③チンゲンサイは1cm幅に切る。 ④湯を沸かし鶏肉、人参の順に入れ、あくを取る。 ⑤さらに大根、玉ねぎ、ぶなしめじの順に入れ、煮えたら調味料を加える。 ⑥最後にチンゲンサイ、水戻ししたフレークワカメを入れたら出来上がり。
(2) 1人分の材料 鶏肉 20g 大根 45g 人参 15g ぶなしめじ 6g 玉ねぎ 20g チンゲンサイ 15g フレークワカメ 0.6g 中華スープストック 1.4g 豆乳入り白湯 12g 食塩 0.35g	しょう油 0.03g 塩こうじ 5g 水 170g

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 鶏肉 牛乳 チンゲンサイ 塩こうじ（米） さつまいも パパイア 大根 梨	81%

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、地産地消についてひとくちメモで説明した。
ICTを活用し、パワーポイントにて配送校（10校）へ給食時間に食育動画の視聴を実施した。
校内の掲示物にてPRした。

5 11月の指導回数

12回

6 その他

通年、地元の野菜農家さんから、大根、玉ねぎ、長ねぎ、じゃがいもなどを使用し、献立表でPRしている。
市原産の梨を加工して果汁にしたものを、マフィンやゼリーにして通年使用している。