令和8年度　学校給食料理コンクール応募用紙

ふりがな 調理場名	おおむたしりつおおむたとくべつしえんがっこう 大牟田市立大牟田特別支援学校	献立対象	小学生(8～9歳)

※プルダウンリストから選択する

■　献立名　（主食、主菜、副菜（汁物含む）、デザート、牛乳の順に、記入する）

献立名	麦ごはん　福岡野菜入り黒ダイヤチキン　ごま香るセロリ炒め こくうま大豆きのこのみそ汁　上内焼きみかん　牛乳

↓材料について県産品に◎、当該市郡内産品に○　（プルダウンリストから選択する）

献立名	県産	材料名	1人分量（g）	作り方	衛生管理のポイント
麦ごはん	○	精白米	75		・作業が変わるごとに手洗い徹底。
	◎	白麦	8		
福岡野菜入り 黒ダイヤチキン	◎	博多地鶏むね身	50	①鶏肉を海苔の佃煮と、料理酒をもみこんでおく。	・汚染(鶏肉)：専用容器に入れ、使用直前まで冷蔵庫に保管する。取扱い時は、汚染用器具・エプロン、使い捨て手袋を使用する。 ・中心温度の確認。 ・のりは非加熱食材として扱う。手洗いを徹底し、清潔器具・エプロン、使い捨て手袋を使用する。
		海苔の佃煮	5	②こまつな、なすは1cm角、高菜はみじん切り、	
		料理酒	1	プチトマトは半分に切る。	
	◎	小松菜	15	③②をノンエッグマヨネーズで和える。	
	◎	なす	15	④カップに①をのせ、その上に③を火が	
	◎	プチトマト	10	通りやすいように均等に乗せる。	
	○	高菜漬け(刻み)	4	⑤コンビで180℃～190℃で15分程度焼く。	
		ノンエッグマヨネーズ	6	⑥⑤に焼きのりを添える。	
	◎	焼のり	0.3		
ごま香るセロリ炒め	◎	セロリ	15	①セロリは斜めに5㎜幅に切る。	・中心温度の確認。
		キャベツ	15	②キャベツは1cm幅に切る。	
		サラダ油	0.5	③①と②をサラダ油で炒める。	
		いりごま	1	④塩こしょうをし仕上げにいりごまを入れ、ごま油を	
		塩	0.1	回し入れる。	
		こしょう	0.01		
		ごま油	0.2		
こくうま大豆きのこのみそ汁		さばの水煮缶	10	①水とさばの水煮（汁、身）玉ねぎの薄切	・缶は外側を洗い、異物混入に注意し開ける。 ・きのこ類は石づきが残っていない等確認する。 ・中心温度の確認。
	◎	えのきだけ	10	りを入れ、火にかける。	
	◎	しめじ	10	②①にえのき、しめじ、油揚げ、乾燥ひきわり	
		玉ねぎ	20	大豆を加え煮る。	
	◎	福岡県産カット油揚げ	3	③火を弱め、みそを溶き入れ、仕上げに小ねぎ	
		乾燥ひきわり大豆	8	を入れる。	
		みそ	10		
	◎	小ねぎ	1		
		水	150		
上内焼きみかん	○	上内みかん	35	①みかんを洗い、水気をふく。 ②天板に並べ、オーブンで表面に軽く焼き色がつくまで焼く。 ③1/2に切る。	・みかんは虫食いの穴がないかを確認しながら洗浄する。 ・みかんは非加熱食材として扱う。手洗いを徹底し、清潔器具・エプロン、使い捨て手袋を使用する。
牛乳	◎	牛乳	206		

【備考】

■ 献立について

献立のねらい	地元大牟田産の高菜や有明海苔、上内みかんに加え、近隣地域であるみやま市のなすやセロリ、大木町のえのき・しめじなど、福岡県産の食材を多く取り入れました。また、かつて炭鉱の町として栄えた大牟田市の歴史や文化を、「黒ダイヤ」という料理名や焼きみかんを通して表現し、子どもたちが食を通じて福岡・大牟田の良さや歴史に興味を持てる献立をめざしました。
ねらいを達成するための献立の工夫点	黒ダイヤ（石炭）を表現するため、鶏肉に海苔の佃煮をまとわせました。海苔の佃煮を下味として使うことで、風味を加えながら減塩にもつなげています。また、上にのせる高菜と野菜は、野菜が苦手な子どもたちにも食べやすいよう、ノンエッグマヨネーズで和えました。さらに、普段食べ慣れているみかんを焼くという新しい食べ方を取り入れることで、上内みかんへの興味・関心を高められるよう工夫しました。
調理技術上の工夫点（食感、彩り、見た目等）	焼き海苔は一緒に焼くと縮むため、見た目のインパクトを出すために、焼き上がった後のチキンに添えました。炒め物のセロリは、食感を残すためにあえて5mm幅の厚めに切り、子どもたちが食べやすいようにキャベツを加え、ごま油で香りよく仕上げました。主菜に彩りがあるため、副菜は一色でも全体の見た目が整うようにしました。みそ汁は、さばの水煮缶をだしとして活用し、具としても食べやすいよう、身のほぐし方を調整しました。焼きみかんは縦切りにし、どの子にも焼き色が分かりやすく、断面の色が見えて食欲をそそるように工夫しました。

■ 一食当たりの栄養価　　※栄養価計算は「日本食品標準成分表（八訂）増補2023年」を使用する。

エネルギー	655	kcal	カルシウム	362	mg	ビタミンB1	0.42	mg
たんぱく質（ｴﾈﾙｷﾞｰ比率）	16.8	%	マグネシウム	112	mg	ビタミンB2	0.55	mg
脂質（ｴﾈﾙｷﾞｰ比率）	27.5	%	鉄	3.2	mg	ビタミンC	34	mg
食塩相当量	2.1	g	ビタミンA	190	μgRAE	食物繊維	6.3	g
						亜鉛	3.3	mg

■ 福岡県産農林水産物の使用割合（食品数ベース）

65.2	%

■ 一食当たり費用

313.8	円（税込み）

■ 献立の写真 （食器は当該調理場の学校給食で使用するものとする）

■ 参考：学校給食での実施 （当てはまるものに○を記入する）

	全て実施した		一部実施した	○	実施する予定		実施予定はない