令和8年度　学校給食料理コンクール応募用紙

No.1

ふりがな 調理場名	だざいふしりつみずきしょうがっこう 太宰府市立水城小学校	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、むなかた鶏の梅じょうゆ焼き、小松菜のツナナムル 揚げ白玉もち入りいとこ汁、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	◎	米	70		
	◎	丸麦	7		
		強化米	0.23		
むなかた鶏の梅じょうゆ焼き	◎	むなかた鶏もも角切り	50	むなかた鶏の梅じょうゆ焼き ①サラダ油で鶏肉を炒め酒をふる。 ②火が通ったら、砂糖、みりん、醤油、梅肉ペーストで調味する。 ③ゆかりをふり、混ぜ合わせる。	・鶏肉は、専用容器に入れ、使用するまで冷蔵庫で保管する。 ・汚染作業時は、専用エプロン、使い捨て手袋を着用する。
		サラダ油	0.3		
		料理酒	2.5		
		三温糖	0.75		
		濃口醤油	1.5		
		酒みりん	3		
		ソフトゆかり	0.5		
		梅肉ペースト	1		
小松菜のツナナムル	◎	小松菜	35	小松菜のツナナムル ①小松菜は1cm幅に切り、キャベツ、人参は短冊切りにする。 ②白ごまを炒り、冷ましておく。 ③調味料を合わせ、加熱して冷ましておく。 ④野菜をボイルし、冷却して②、③と和える	・温度測定後は、清潔な取り扱いをする。
	◎	キャベツ	10		
	◎	人参	5		
		レトルトまぐろ（油切り）	10		
		おろしにんにく	0.2		
		濃口醤油	1		
		粉末鶏がらスープ	0.4		
		純正ごま油	1		
	◎	きざみのり	1		
		白いりごま	2		
揚げ白玉もち入りいとこ汁		冷凍白玉餅	24	揚げ白玉もち入りいとこ汁 ①昆布とかつお節でだしをとる。 ②干し椎茸を戻してスライスする。 ③かぼちゃはいちょう切り、大根は短冊切り、ごぼうは半月切り、ねぎは小口切りにする。 ④かまぼこを薄切りしておく。 ⑤だしで野菜を煮る。 ⑥白玉もちを揚げておく。 ⑦野菜が煮えたら、豆腐、かまぼこ、ゆで小豆を入れて調味する。 ⑧最後にねぎと揚げた白玉もちを入れる。	・かまぼこは、専用容器に入れ、使用するまで冷蔵庫で保管する。 ・温度測定後は、清潔な取り扱いをする。
		揚げ油	1.2		
	◎	冷凍豆腐サイコロ	10		
		小豆水煮缶	8		
		かぼちゃ	8		
	◎	大根	15		
		ごぼう	5		
	◎	ねぎ	3		
	○	宝満干し椎茸	1		
		かまぼこ	5		
		昆布（だし）	1.5		
		かつお節（だし）	1.5		
		料理酒	0.5		
		淡口醤油	2		
		沖縄の塩	0.3		
		水	90		
牛乳	◎	牛乳	206		

【備考】・揚げ油を使用します。
・いとこ汁の出汁はかつお節と昆布でとったものを持参します。
・干し椎茸は水戻しした状態で持参します。（廃棄量込み分量1.25→4.25（水戻し分量））

■ 献立について　　No.2

献立のねらい	太宰府をイメージした給食を提供することで、子どもたちの太宰府市への郷土愛を育み、学校教育目標である、ふるさと「水城」を愛する子どもの育成を図る
ねらいを達成するための献立の工夫点	「むなかた鶏の梅じょうゆ焼き」の「梅」は太宰府市の花であり、歴史的にも太宰府にゆかりがあり、太宰府といえば「梅」をイメージするため取り入れた。 「揚げ白玉もち入りいとこ汁」は、太宰府の郷土料理の一つである「いとこ煮（かぼちゃと小豆の煮物）」を汁にアレンジすることで、子どもたちが郷土料理に親しめるようにした。また、汁に白玉餅を加え、小豆と餅の組み合わせで梅ヶ枝餅を表現した。汁には、子どもたちに知らせるため、郷土の食材である竈門神社がある内山産の宝満椎茸も使用した。
調理技術上の工夫点（食感、彩り、見た目等）	「むなかた鶏の梅じょうゆ焼き」では、梅肉だけでなく赤しそ（ゆかり）を加えることで、梅の酸味や塩味が強くなりすぎないで、梅の風味が味わえるようにした。 「小松菜のツナナムル」では、苦みのある小松菜を子どもたちが食べやすいように、ツナを加え、しっかりした味付けになるよう調味し、のりとごまで風味づけした。 「揚げ白玉もち入りいとこ汁」では、白玉餅を揚げることで、梅ヶ枝餅の餅の香ばしさと食感を出してみた。

■ 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	644	kcal	カルシウム	339	mg	ビタミンB1	0.56	mg
たんぱく質（ｴﾈﾙｷﾞｰ比率）	15.8	%	マグネシウム	90	mg	ビタミンB2	0.53	mg
脂質（ｴﾈﾙｷﾞｰ比率）	28.5	%	鉄	2.7	mg	ビタミンC	30	mg
食塩相当量	2.1	g	ビタミンA	283	μgRAE	食物繊維	4.5	g
						亜鉛	3.1	mg

■ 福岡県産農林水産物の使用割合（食品数ベース）

46.1 %

■ 一食当たり費用

382.24 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