

令和6年度 学校給食料理コンクール応募用紙

No.1

ふりがな	ちくしのしがっこうきゅうしよくきょうどうちようりじょう	献立対象	小学生(8～9歳)
調理場名	筑紫野市学校給食共同調理場		

※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 れんこんバーグ アスパラガスのツナマヨサラダ トマトスープ 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	70		
		強化米	0.21		
	◎	押麦	7		
れんこんバーグ	◎	鶏ミンチ	45	①れんこんは、皮をむき、幅1cmに切りポリ袋に入れて麺棒でたたいてつぶす。ひじきは水で戻す。人参、しいたけ、玉ねぎはみじん切りにする。	肉を触る時は使い捨て手袋を使用する。専用の容器に入れ調理まで冷蔵庫で保存する。取り扱い後は手洗い消毒する。
	◎	れんこん	15		
	◎	しいたけ	3		
	○	玉ねぎ	10		
	○	人参	5		
		ひじき	1		
		パン粉	3		
		水	10		
		塩	0.3		
		胡椒	0.01		
		小麦粉	2		
		酒	1.5		
		醤油	2		
		みりん	1.5		
		にんにく	1		
		水	30		
		プロセスチーズ	8		
		粉寒天	0.5		
		菜たね油	0.5		
		砂糖	1		
アスパラガスのツナサラダ	○	アスパラガス	30	①アスパラガスは1cmに切る。プルーンは1cm角に切る。鍋にアスパラガス、コーン、枝豆、プルーンを入れ茹で上がった後冷蔵庫に入れて冷ます。	野菜をボイル後手洗いし手袋を使用して取り扱う。粗熱をとり冷蔵庫で冷やす。
		コーン	5		
		ツナ	15		
		枝豆	5		
		プルーン	10		
		マヨネーズ	5		
		レモン汁	0.5		
		胡椒	0.02		
トマトスープ	◎	小松菜	17	①小松菜は1cm、セロリは2mmのスライスにし、トマトは1.5cmの角切り、パセリはみじん切りにする。しめじは石づきを取ってほぐす。	出来上がり後は中心温度計で温度を計る。
	◎	セロリ	5		
	◎	パセリ	0.5		
	◎	トマト	30		
	◎	しめじ	5		
	○	大豆	5		
		塩	0.2		
		こしょう	0.01		
		コンソメ	1.5		
		水	110		
牛乳	◎		206		

【備考】

■ 献立について

No.2

献立のねらい	栄養のバランスがとれた食事で免疫力をあげる。
ねらいを達成するための献立の工夫点	食物繊維、鉄分を多く含む食品を鶏ミンチと合わせることで食べやすくした。
調理技術上の工夫点(食感、彩り、見た目等)	れんこんバーグは食感を残すためにれんこんを粗く碎き、サラダは食べやすい形にした。スープは彩りよく仕上げた。

■ 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	653	kcal	カルシウム	361	mg	ビタミンB1	0.62	mg
たんぱく質(エネルギー比率)	17.3	%	マグネシウム	93	mg	ビタミンB2	0.59	mg
脂質(エネルギー比率)	29.5	%	鉄	3.1	mg	ビタミンC	29	mg
食塩相当量	2.0	g	ビタミンA	238	μgRAE	食物繊維	6.4	g
						亜鉛	3.4	mg

■ 福岡県産農林水産物の使用割合(食品数ベース)

53.8	%
------	---

■ 一食当たり費用

304.13	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