



学校給食のおすすめ献立

# 学校給食の 「千産千消デー」

## <千産千消献立>

- ・ さつまいもごはん
- ・ イワシのごまフライ
- ・ ピーナッツ和え
- ・ 千葉の恵み汁
- ・ 牛乳
- ・ お米のムース  
(みかんソース)



## <地産地消>

<学校給食の献立 659kcal>

私たちの住む地域で生産された農林水産物をその生産された地域内で消費することです。

千葉県では、県民の食育の推進として「ちばの恵みを取り入れたバランスのよい食生活の実践による生涯健康で心豊かな人づくり」を基本目標に掲げ、地産地消の「地」を千葉県の「千」に置き換えて「千産千消」をすすめています。九十九里町学校給食センターでも「千産千消デー」を設定し、地場産物を活用した学校給食を実施しています。

## <さつまいもごはん>

- ① 米は洗米しておく。さつまいもは角切りにして水に漬けておく。
- ② 炊飯釜に米、さつまいも、薄口醤油、水（調味料分を抜いた量）を入れ、調味料を攪拌し、だし昆布をのせ、炊飯する。
- ③ 炊き上がったら、昆布を取り出し、さつまいもがつぶれないようにさっくり混ぜる。

◆学校給食99（クック）レシピ