

平成 27 年度地産地消給食等メニューコンテスト

学校給食・社員食堂部門

東海農政局長賞受賞献立レシピ



- ・麦ご飯
- ・瑞穂野菜の地味噌汁
- ・柿鶏
- ・十六ささげの香りごまあえ
- ・ぎふだもん（トマトゼリー）
- ・牛乳

瑞穂野菜の 地味噌汁	材料	4人分量(g)	作り方
	たまねぎ	40	① 沸騰した湯に、むろあじ節を入れて、弱火で20分煮出して取り出す。 ② たまねぎは皮をむき、よく洗い1/2にスライス、なすはへたを取り、半月切り、ねぎは5mmの小口切り、豆腐はさいの目に切り、水にさらす。油揚げは短冊切りにする。 ③ ①にたまねぎ、なす、油揚げ、豆腐の順に加え、根尾味噌を溶き入れる。最後にねぎを加えて仕上げる。
	なす	60	
	豆腐	60	
	油揚げ	12	
	ねぎ	20	
	根尾味噌	32	
	むろあじ節	12	

柿鶏 (かきどり)	材料	4人分量(g)	作り方
	鶏もも肉（角切り）	200	① 鶏もも肉は、濃口しょうゆ、酒、おろし生姜で下味をつける。 ② ①に小麦粉と片栗粉をまぶし、180°C5分で揚げる。 ③ 富有柿ジャム、薄口しょうゆ、レモン果汁を煮立て、②にかける。
	濃口しょうゆ	4	
	酒	4	
	しょうが	2	
	小麦粉	6	
	片栗粉	12	
	富有柿ジャム	20	
	レモン果汁	6	
	薄口しょうゆ	4.8	

十六ささげの 香りごまあえ	材料	4人分量(g)	作り方
	十六ささげ	100	① 十六ささげはさやから豆が飛び出さないように端を切り、よく洗う。にんじんは千切りにする。 ② かつお節でだしをとる。 ③ 沸騰した湯に塩を加え、十六ささげ、にんじんの順に色良く茹でて、素早く冷やす。 ④ かつおだしに、しょうゆ、砂糖、すりごまを加え加熱し、和え衣を作り冷やす。 ⑤ 冷えた③と④をよく混ぜ味を調える。
	にんじん	20	
	塩	1	
	すりごま	4	
	砂糖	2	
	かつお節	4	
	濃口しょうゆ	4	

麦ご飯 瑞穂市は「稲穂の穂積の国と」呼ばれる稲作の盛んな土地柄であり、平成23年12月より、瑞穂市産のクリーン農業のハツシモが供給されることになりました。

ぎふだもん (トマトゼリー) トマト果汁を活用した県学校給食会取り扱い物資です。岐阜県は飛騨から西濃まで多種品種のトマト栽培が盛んです。生食や調味料で活用されるトマトを児童生徒の好むゼリーにしたものです。比較的苦手な野菜に上げられますが、楽しくおいしく食べられるトマトの加工食品(デザート)です。

牛乳 美濃市の生搾りで製造される「ひるがの牛乳」

献立のねらい

「感謝の心を育てる」食に関する指導の観点をふまえています。児童生徒が生まれ育った瑞穂市の土地に、同じように育つ秋の特産物を理解し、給食に使用される農水産物を育てる生産者の苦労や思いを伝えることが重要であると考えます。

地産地消献立の特徴

地産地消メニューは、「毎月19日の食育の日」や、「岐阜県の食事」に登場しています。この献立は、岐阜県または、瑞穂市の特産物である「ハツシモ」、「牛乳」、「鶏肉」、「小麦粉」、「油揚げ」、「豆腐」、「地味噌」、「なす」を利用し、学校給食用野菜の「野菜生産部会」が育てる「玉ねぎ」さらに、富有柿発祥の地である伝統的な果物の「富有柿ジャム」を活かしています。