

県内まるごと長崎県給食

市 町 名

対馬市

学 校 ・ 調 理 場 名

豆酸学校給食共同調理場

料理名	献立名：対馬米のごはん 牛乳 森の財（たから）ものハンバーグ だいこんサラダ 今里味噌の味噌汁 豆酸みかん	
材 料	分量(1人分)	作 り 方
対馬米のごはん 米 強化米 牛乳 牛乳 森の財ものハンバーグ ハンバーグ ブルーベリージャム 濃口しょうゆ 白ワイン 澱粉 水 だいこんサラダ だいこん キャベツ にんじん ひじき みりん 薄口しょうゆ 砂糖 砂糖 橙酢 薄口しょうゆ ごま油 今里味噌の味噌汁 木綿豆腐 にんじん さつまいも 油揚げ 干し椎茸 ごぼう 根深ねぎ 今里味噌 煮干し 水 豆酸みかん 豆酸みかん	110 g 0.33 g 206 g 70 g 8 g 2.6 g 1.3 g 0.65 g 7.8 g 32.5 g 32.5 g 0.39 g 1.3 g 1.04 g 1.3 g 1.04 g 1.95 g 3.9 g 1.95 g 1.04 g 26 g 10.4 g 26 g 2.34 g 1.3 g 5.2 g 5.2 g 14.3 g 3.9 g 195 g 100 g	【森の財ものハンバーグ】 ①ハンバーグの種を小・中1個ずつになるように計量する。 ②ハンバーグをオーブンで焼く。 ③ブルーベリーソースを作り、焼きあがったハンバーグにかける。 【だいこんサラダ】 ①だいこんはせん切り、キャベツは長めの短冊切りにんにんじんは細めのせん切りにして、ボイルし、冷却する。 ②ひじきをよく戻した後、下味をつけ、冷却する。 ③調味液を合わせ、野菜を和える。 【今里味噌の味噌汁】 ①豆腐はさいの目、にんじんはいちょう、さつまいもは汁に合う大きさ、ごぼうはさがき、根深ねぎは斜めに切る。 ②油揚げは細長く切った後、油抜きをする。 ③干し椎茸は戻した後、薄く切る。 ④煮干しで出汁を取り、煮えにくい材料から煮る。 ⑤具材が煮えたら、味噌とねぎを入れて仕上げる。



〔特徴〕

対馬市では、「獣害から獣財へ」を合い言葉に、捕まえたイノシシやシカの命をただ奪うのではなく、肉として食べたり、革製品に活用したりする取組が行われています。今回の「対馬んうまい品給食」のテーマは、SDGs15の「陸の豊かさを守ろう」です。11月19日に対馬全島の給食で提供されました。

森の財（たから）ものハンバーグは、一般社団法人daidai（ダイダイ）さんと対馬の栄養教諭が共同開発をした商品です。ジビエ肉（シカ・イノシシ）と原材料の配合割合を考え、よりおいしい状態でお届けできるように試作、試食を行いました。ブルーベリーソースは、豊玉町で作られるブルーベリージャムをベースに栄養教諭が考案し、それぞれのセンターで好みに応じてアレンジしました。だいこんサラダは、磯焼けで地元産が減少してしまったひじきを高価ではありますが、今回に限り一斉購入し、サラダに入れました。今里味噌の味噌汁は、昔から作られている手作り味噌を、対馬産の椎茸やさつまいも、ごぼうなどを具材にした味噌汁です。デザートは、地元で収穫された甘さと酸っぱさが濃厚な豆酸みかんです。

学校給食を通して、ふるさと・対馬の自然の恵みに感謝して、守り続けることの大切さを伝えていくと同時に、実生活の中で自分ができることを考え、取り組んでいくことを学んでほしいと考え、毎年「対馬んうまい品給食」の取組を実施しています。