

平成28年度 クックパッド武蔵野市の公式キッチン実施状況報告

【実施期間】 平成28年8月1日～3月31日

【参加課】

健康課	生活経済課	高齢者支援課	子ども育成課
教育支援課（武蔵野市給食・食育振興財団）		ごみ総合対策課	環境政策課

【キッチンレポート】

（平成29年4月3日付）

		ランキング1位	ランキング2位	ランキング3位
アクセス数	116,197回	10倍がゆ (13,966回)	7倍がゆ (7,395回)	夏野菜カレーライス (6,046回)
印刷数	623枚	いかのごまがらめ	みたらし団子	タンドリーチキン
MYフォルダ数	1,207人	10倍がゆ	いかのごまがらめ	簡単炊込みご飯
届いたつくれば数	18件			

【MYキッチン月間アクセス数】

8月	18,406回
9月	11,640回
10月	16,266回
11月	16,432回
12月	20,069回
1月	17,612回
2月	17,244回
3月	21,177回

【投稿レシピ】

学校給食	24
保育園おやつ	9
離乳食	9
妊娠中から	3
地産地消	3
高齢者	2
食品ロス	2
合計	52

【人気検索トップ10入りレシピ】

	レシピ名	検索ワード	順位
8月18日	【妊娠中から】かぼちゃのミルク煮	ミルク煮	10位以内
9月14日	【学校給食】おから煮	おから煮	10位以内
11月1日	【妊娠中から】簡単炊込みご飯	妊婦	10位以内
12月6日	【離乳食】10倍がゆ	米	3位
2月10日	【高齢者】魚のホイル焼き	高齢者	7位/1782品
2月22日	【地産地消】とろとろ親芋マカロニグラタン	親芋	7位/101品
3月1日	【地産地消】里芋（親芋）のお焼き	親芋	10位以内/101品
3月15日	【保育園】手作りピザ	手作りピザ	10位/627品

クックパッド ごはん日記 一覧表

	年度	投稿日	タイトル	担当課
1	28	8月4日	夏野菜品評会を開催しました	生活経済課
2	28	8月4日	むさしの給食・食育フェスタ2016開催	教育支援課
3	28	8月16日	市内果樹園へお越しください	生活経済課
4	28	8月31日	【9/4】使用済み・期限切れ油の回収	環境政策課
5	28	9月13日	9月は「食生活改善普及運動」実施期間です	健康課
6	28	9月19日	北町調理場小学校給食体験講座	教育支援課
7	28	10月25日	農産物品評会で受賞した市内産野菜の展示・即売会	生活経済課
8	28	10月27日	食品をムダにしていますか？	ごみ総合対策課
9	28	11月30日	市内ファミリーが大根栽培体験・販売に挑戦	生活経済課
10	28	11月17日	使用済み・期限切れ油の回収	環境政策課
11	28	11月19日	野菜をムダにしない保存食づくりを学ぼう	ごみ総合対策課
12	28	12月6日	高齢者食事学事業にご参加ください！	高齢者支援課
13	28	12月16日	武蔵野市内産野菜の旬情報～ほうれん草～	生活経済課
14	28	12月19日	武蔵野市内産野菜の旬情報～大根～	生活経済課
15	28	2月17日	野菜料理のマメ知識～里芋～親芋ってなに？	生活経済課
16	28	2月20日	野菜料理のマメ知識～大根～	生活経済課
17	28	2月20日	野菜料理のマメ知識～ほうれん草～	生活経済課
18	28	2月24日	武蔵野市東京うど品評会を開催しました	生活経済課
19	28	3月3日	シニアのための食事学と試食会を行います	高齢者支援課

生活経済課	10
高齢者支援課	2
教育支援課	2
ごみ総合対策課	2
環境政策課	2
健康課	1
合計	19



料理名・食材名 × 目的・用途 レシピ検索

かぼちゃ かぼちゃコロッケ プリン 冬瓜 生クリーム

MYフォルダ MYニュース

24 レシピを書く



武蔵野市のキッチン 公式

フォロー：263人

武蔵野市の公式キッチンです。武蔵野市のご当地給食のレシピや離乳食講座レシピ、市...

最近の投稿

レシピ
74

つくれぽ

献立

ごはん日記

ブログ

カテゴリ

- すべて (74)
- 学校給食 (35)
- 離乳食 (9)
- 妊娠期の食事 (3)
- 保育園おやつ (18)
- 高齢者 (4)
- 食品ロス (2)
- 地産地消 (3)

アーカイブ

- すべて
- 2017年 (38)
- 2016年 (36)

検索

レシピを検索

検索

公開 (74) | 限定公開 (0) | プライベート (8)



【高齢】 タンドリーチキンと野菜のミルク煮

非公開保存したレシピはここで見る事が出来ます
香り高いカレー風味の柔らかチキン。減塩で柔らかいため、小児から高齢者までみんなが美味...
材料：鶏むね肉（皮なし）、下味用調味料、①プレーンヨーグルト、②クチャップ、③しょうゆ、④...



【保育園おやつ】 煮干しごまチップ

食べる煮干しを甘辛く味付けてあるので、とても食べやすく人気です。手軽にカルシウムや...
材料：食べる煮干し、白いりごま、★水、★砂糖、★しょうゆ



【保育園のおやつ】 さげすし

さっぱりしたすし飯に、色鮮やかな鮭ときゅうりで見た目にも食欲がわく1品です。季節の姿...
材料：米、塩鮭（甘口）、きゅうり、白いりごま、★酢、★砂糖、★塩



【保育園のおやつ】 ブルーベリー ケーキ

ジャムで手軽に簡単カップケーキ。卵を使わないので、アレルギーのある子でも食べられます...
材料：薄力粉、ベーキングパウダー、上白糖、バター、牛乳、ブルーベリージャム



【学校給食】 ししじゅうし

沖縄県の郷土料理をアレンジした栄養たっぷりの混ぜご飯！
材料：米、○豚肉、刻み昆布、○油揚げ、○にんじん、○生姜、油、★酒、★塩、★しょうゆ、★み...

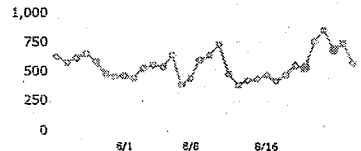


【学校給食】 ししゃもの南蛮漬け

カルシウムたっぷり♪子供が食べやすい小魚料理！
材料：ししゃも、酒、片栗粉、揚げ油、○玉ねぎ、○にんじん、油、★しょうゆ、★塩、★砂糖、★...

【学校給食】 大豆とごぼうのドライカレー

キッチンレポート



前日のアクセス数 **583** 回

届いたつくれぽ **31** 件

もっと詳しく見る >

のせる

レシピ 献立 つくれぽ 日記

レシピのタイトル あと 20 文字

例: にんじんの簡単サラダ

作り方の入力に含む

最近保存したプライベートレシピ

- 【高齢者】 五目大豆
- 【学校給食】 いかと大豆のBBQソース

総め

プライベートレシピ一覧を見る

レシピコンテスト

募集中

受賞発表

レンジで作る

料理写真をきれいに撮るには

フルーツゼリーをおいしく撮るには半逆光で撮ると被写体の料理が暗...

もっと見る

スペシャル動画

iPhoneで料理写真を撮るコツその1 ②
協力:felica spico (料理専門写真教室)

クックパッドでレシピを書こう

レシピを書くって嬉しい3つのこと



料理名・食材名 × 目的・用途 レシピ検索

冬瓜 かぼちゃ なす たら ビーマン

MYフォルダ MYニュース

22 レシピを書く



武蔵野市 のキッチン 公式 フォロワー: 262人

武蔵野市の公式キッチンです。武蔵野市のこだわり給食のレシピや乳食講座レシピ、市...

最近の投稿 レシピ 74 つくれぽ 献立 ごはん日記 プログ

カテゴリ

- すべて (23)
- おいしいもの (4)
- おいしい出来事 (16)

アーカイブ

- すべて
- 2017年 (9)
- 2016年 (14)

6月は食育月間 毎月19日は食育の日です 削除

2017年6月15日 (木)



●野菜を1日350g食べましょう

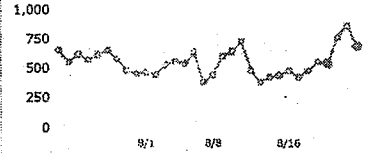
成人は生活習慣病予防のために、野菜を一日350g以上とることが目標になっています。一日の食事に、野菜料理をあと1皿加えて、バランスの良い食事を心がけましょう。

武蔵野市の公式キッチンでは、野菜を使ったレシピを多く公開しています。おすすめ野菜レシピをピックアップしました。ぜひ作ってみてくださいね。

●家族そろって食事をしましょう

家族と一緒に食べることで、家族の間に「絆」が生まれます。子どもにとって、「食べる」ことは体と心を成長させることです。

キッチンレポート



前日のアクセス数 692 回

届いたつくれば 31 件

[もっと詳しく見る](#)

のせる

レシピ 献立 つくれぽ 日記

ごはん日記の進化版、クックパッドブログが始まりました!

今後はごはん日記に代えてクックパッドブログのご利用をおすすめします。

[ブログを開設する](#)

[これまでのごはん日記を使う場合はこちら](#)

レシピコンテスト

募集中 受賞発表

[レシピで作る](#)

料理写真をきれいに撮るには

フルーツゼリーをおいしく撮るには
半逆光で撮ると被写体の料理が暗...

[もっと見る](#)

スペシャル動画

iPhoneで料理写真を撮るコツその1

協力: felica spico (料理専門写真教室)

クックパッドでレシピを書こう

[レシピを書くって嬉しい3つのこと](#)