

地場産物名

米、牛乳、サバ、ねぎ、きゅうり、玉ねぎ、みかん缶詰



献立のポイント(地場産物の説明等)

鮮魚店の魚は産地指定が難しいため、学校給食会取り扱いの三重県産さば切り身とみかん缶詰を使用しました。

献立名	食品名	1人当たり分量(g)	産地名
ごはん	米	80	三重県
牛乳	牛乳	206	三重県
魚の南蛮漬け	さば	60	三重県産
	片栗粉	5	
	油	5	
	砂糖	8	
	しょうゆ	5	
	酢	8	
	ねぎ	6	三重県産
	しょうが	2	
かぼちゃサラダ	かぼちゃ	50	
	きゅうり	10	三重県産
	たまねぎ	10	三重県産
	マヨネーズ	10	
	食塩	0.1	
	こしょう	0.02	
	豆腐のスープ	木綿豆腐	20
	ほうれん草	20	
	えのき	10	
	にんじん	10	
	わかめ	1	
	みりん	1	
	和風だし	1	
	うすくちしょうゆ	5	
三重県産みかんゼリー	ゼリーの素	8	
	オレンジジュース	25	
	みかん缶詰	10	三重県産