

地場産物名

米、牛乳、かます、小松菜、まこもたけ



献立名	食品名	1人当たり分量(g)	産地名	
米飯	米	70	菰野町産	
	麦	3.5		
牛乳	牛乳	206	三重県産	
かますの 香味ソースがけ	かますスチーム	37.5	三重県産	
	片栗粉	3		
	小麦粉	3		
	油	5		
	生姜	0.5		
	にんにく	0.3		
	トウバンジャン	0.1		
	しょうゆ	3		
	砂糖	1.5		
	酒	1		
献立のポイント(地場産物の説明等)	ゆかりあえ	キャベツ	15	
		小松菜	10	菰野町産
		ゆかり粉	0.3	
		白炒りごま	1	
まこものきんぴら	鶏もも肉	10		
	まこもたけ	25	菰野町産	
	にんじん	10		
	ごぼう	10		
	冷凍さやいんげん	5		
	ごま油	1		
	砂糖	2		
	しょうゆ	4		
みりん	1			

まこもは菰野町の名前の由来となった植物です。毎年、10～11月のまこもたけの収穫期には地元の生産者から生のまこもたけを納入していただき、給食に活用しています。まこもたけは淡泊な味わいでいろいろな料理に合いますが、今回はごはんが進むように甘辛い味付けのきんぴらにしました。