

地場産物名

米、牛乳、松阪しめじ、伊勢あらめ、とり肉、県内産米粉カレールー



献立のポイント(地場産物の説明等)

子どもたちに人気のカレーライスに、秋においしくなる「松阪しめじ」を加えて、チキンと松阪しめじのカレーライスにしました。お米は、松阪産「コシヒカリ」の新米です。カレールーも、三重県産米粉で作られています。小麦・乳・卵不使用なため、食物アレルギーの子どもたちも安心して同じカレーを食べることができます。  
 サラダには、伊勢志摩産の「伊勢あらめ」を使用しました。あらめをしょうゆと砂糖で下味をつけてから、野菜やツナを加えてサラダにしました。あらめは、くせが無く食べやすい海藻です。

献立名	食品名	1人当たり分量(g)	産地名
ご飯(麦入り)	米	70	松阪市
	麦	3.5	
牛乳	牛乳	206	三重県
チキンと松阪しめじ のカレー	とりもも肉(皮ひき)	25	三重県
	赤ワイン	0.5	
	じゃがいも	40	
	たまねぎ	40	
	にんじん	15	
	松阪しめじ	10	松阪市
	にんにく	0.2	
	油	1	
	食塩	0.05	
	こしょう	0.01	
	県内産米粉カレールー	12	三重県
	チャツネ	2	
	トマトケチャップ	2	
	ウスターソース	1	
	水	80	
伊勢あらめのサラダ	伊勢あらめ	2	三重県
	三温糖	1.5	
	しょうゆ	1.5	
	水	12	
	ツナフレーク	5	
	キャベツ	30	
	ホールコーン	10	
	穀物酢	3	
	しょうゆ	2	
	油	2	
	食塩	0.02	
	三温糖	0.5	