

地場産物名

米・牛乳・牛肉・豚肉・生しいたけ・鶏卵・ねぎ



献立のポイント(地場産物の説明等)

大台町の保育園・小中学校の栄養士で構成する「栄養研究会」の取り組みとして、地場産物を使った給食献立の第2回の実施です。

メニューの名前も児童生徒からの応募で決まりました。大台町は地場産物の少ない地域なので、限られた食材でいろいろなメニューを考案しています。

大好きなハンバーグ、食べると大きくカットしたしいたけがごろごろと出てきます。和風に仕上げたソースでさらにおいしくいただけます。

献立名	食品名	1人当たり分量(g)	産地名
麦ごはん	精白米	70	多気郡
	麦	7	
牛乳	牛乳	206	大紀町
のこのこハンバーグ	牛ひき肉	25	三重県
	豚ひき肉	50	三重県
	玉ねぎ	12	
	生しいたけ	8	大台町
	しょうが	3	
	塩・こしょう		
	かたくり粉	3	
	鶏卵	10	大紀町
	油	3	
	ケチャップ	6	
	しょうゆ	1	
	三温糖	1	
	本みりん	2	
	そえキャベツ	キャベツ	30
和風ポトフ	ちくわ	15	
	大根	40	
	にんじん	12	
	さつまいも	40	
	ごぼう	10	
	もやし	10	
	ねぎ	5	大台町
	かつおだし	3	
	本みりん	2	
	しょうゆ	3	
塩	0.3		