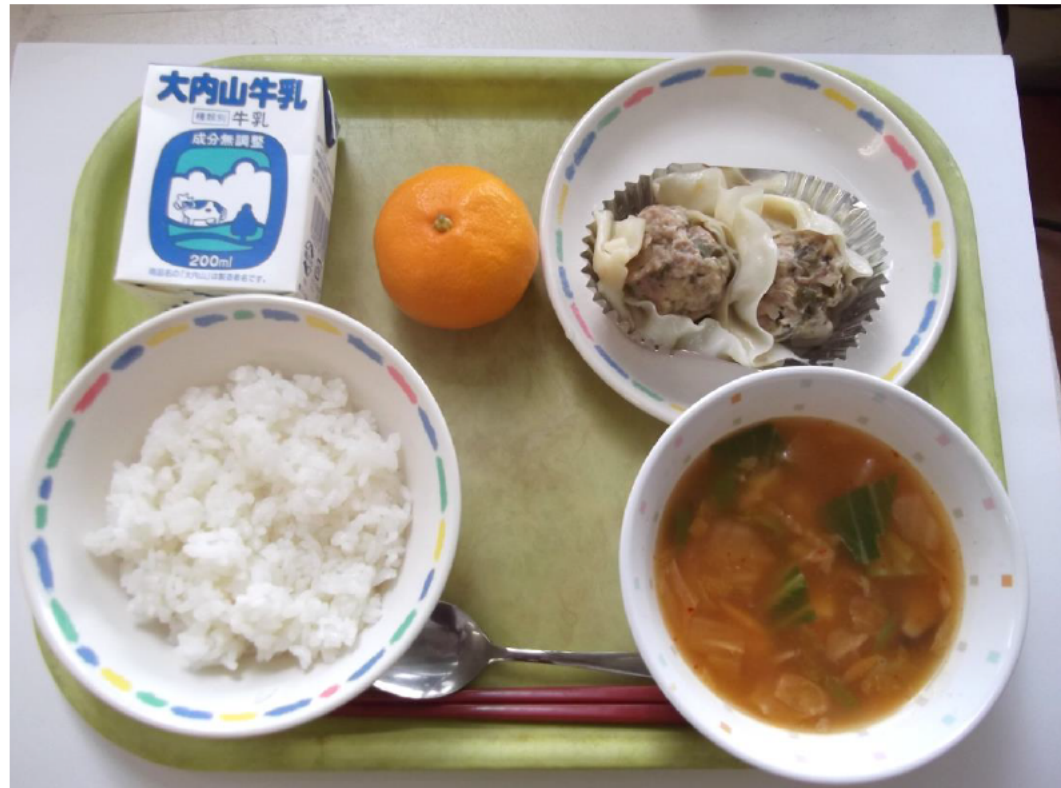


地場産物名

米、牛乳、豚肉、キャベツ、生椎茸、みかん

(玉城町)



献立のポイント(地場産物の説明等)

玉城町でとれる旬のキャベツと生しいたけを使った大きめのシューマイです。皮に包んでアルミカップに入れて蒸すので、肉汁も一緒に提供することができます。子どもたちにも人気のメニューです。デザートには、隣の町でとれたみかんを添えました。甘みと酸味ののるこの時期のみかんで、口の中もさっぱりします。

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	玉城町
	切断麦	3.5	
牛乳	牛乳	206	三重県
手作りシューマイ	豚ひき肉	50	三重県
	ニラ	4	
	キャベツ	25	玉城町
	生しいたけ	4	玉城町
	おから	5	
	塩	0.23	
	こしょう	0.01	
	しょうが	0.4	
	酒	0.4	
	餃子の皮(大判)	30	
	アルミカップ		
	しょうゆ	4	
	酢	1.2	
	キムチスープ	にんじん	7
油		0.5	
キムチ		5	
キャベツ		12	津市
チンゲン菜		12	
ニラ		5	
生しいたけ		5	玉城町
豆腐		15	
無添加ガラスープ		1.5	
塩		0.05	
こしょう		0.01	
しょうゆ		3.8	
酒		0.8	
水	120		
みかん	みかん	40	南伊勢町