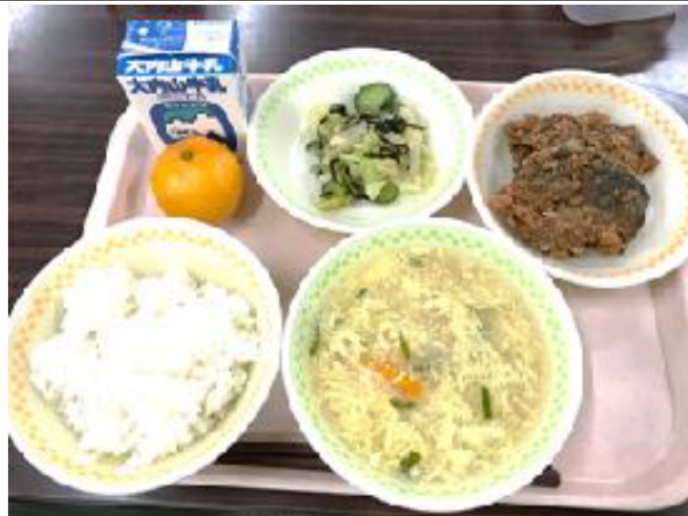


(様式1)

「みえ地物一番給食の日」給食メニュー

学校名	紀北中学校	市町名	紀北町
-----	-------	-----	-----

地場産物名	米、牛乳、さば、卵、白菜、きゅうり、キャベツ、ねぎ、人参、みかん
-------	----------------------------------



献立のポイント(地場産物の説明等)

今日は、「みえ地物一番給食の日」です。  
 わたしたちが住んでいる紀北町や三重県でとれた食べ物をたくさん使った給食です。  
 今日の「さばの竜田揚げ」は紀北町や南伊勢町でとれたさばにおしょうゆなどで味付けをし、一つ一つ油で揚げています。また、紀北町の卵を使ったかき玉汁やみかんが登場します。地域の方に感謝して味わっていただきましょう。

献立名	食品名	1人当たり分量(g)	産地名
米飯	米	100	三重県
牛乳	牛乳	206	三重県
さばの竜田揚げ	さば	80	紀北町、南伊勢町
	酒	2	
	醤油	6	
	片栗粉	4	
	小麦粉	4	
	油	5	
	昆布野菜	白菜	30
きゅうり		10	三重県
キャベツ		20	三重県
塩昆布		1	
塩		0.1	
かき玉汁	卵	30	紀北町
	かまぼこ	7	
	ねぎ	6	三重県
	たまねぎ	20	
	人参	8	三重県
	でんぷん	2	
	みりん	3	
	淡口しょうゆ	2.3	
	かつおだし	2.5	
	塩	0.5	
	みかん	みかん	80