

「みえ地物一番給食の日」給食メニュー

学校名	三重県立特別支援学校東紀州くろしお学園
-----	---------------------

地場産物名	米、牛乳、葉ねぎ、高菜漬、卵					
	献立名	食品名	1人当たり分量(g)	産地名		
	めはり寿司	米	76	三重県		
		押麦	4			
		酢	4			
		砂糖	2			
		塩	0.2			
		かつお節	1			
		白いりごま	1			
		赤みそ	3			
		砂糖	2			
		葉ねぎ	3		伊勢市	
		水	5			
		高菜漬	30		熊野市	
		牛乳	牛乳		206	三重県
		<p>東紀州で、さんま寿司の次によく知られる郷土寿司が「めはり寿司」です。辛味のある高菜の葉を塩漬にし、中にご飯をくるむもので、目を見張るほど大口を開ける、目を見張るほどおいしいから、この名がついたと言われています。</p> <p>本来は刻んだ高菜漬を具にしますが、給食では、ごはんに「ごまおかか」と「ねぎみそ」の2種類の味をつけ、子どもたちが食べやすくなるよう工夫しました。</p> <p>熊野市の遊木漁港では、晩秋から春にかけて、親潮によって南下するサンマ漁が盛んとなります。(給食当日は、熊野市のさんま漁獲量が少なく使用できませんでした。)</p>	さんまの揚げ煮		さんま開き	50
					酒	1
しょうが	0.5					
こいくちしょうゆ	1					
片栗粉	5					
揚げ油						
玉ねぎ	30					
こいくちしょうゆ	4.5					
砂糖	4.5					
酒	4.5					
かきたま汁	かつお節(だし用)	水	150			
		人参	10			
		卵	15	御浜町		
		小松菜	20			
		こいくちしょうゆ	5			
		塩	0.4			
		片栗粉	1.5			
		水				