


(様式1)

「みえ地物一番給食の日」給食メニュー

学校名	志摩市学校給食センター	市町名	志摩市
-----	-------------	-----	-----

地場産物名	米・牛乳・めひび・豆腐・				
	献立名	食品名	1人当たり分量(g)	産地名	
 <p><b>献立のポイント(地場産物の説明等)</b></p> <p>志摩市では、あおさやひじきをはじめ、いろいろな海藻がとれます。 「めひび」とは、わかめの根元の「芽かぶ」と呼ばれる部分を刻んで乾燥させたものです。外洋に面した地域で春先に収穫されます。 汁は少しとろっとしています。これは、めひびのヌルヌル成分で、病気の予防や体の調子を整えるなど、体に良い効果がたくさんあります。</p>	麦ごはん	米	80	三重県	
		麦	4		
	牛乳	牛乳	206	三重県	
	さばの野菜あんかけ	さば	60		
		清酒	2		
		塩	0.1		
		片栗粉	7		
		なたね油(揚げ油)	6		
		なたね油(炒め油)	0.2		
		たまねぎ	10		
		にんじん	5		
		しめじ	4		
		本みりん	0.5		
		上白糖	1.3		
		しょうゆ	3.2		
		片栗粉	0.2		
	めひび汁	削り節	2		
		水	170		
		にんじん	10		
		たまねぎ	24		
豆腐		20	三重県		
しょうゆ		5			
食塩		0.2			
めひび		1	志摩市		
根深ねぎ	4				
ももゼリー	ももゼリー	40			