

(様式1)

「みえ地物一番給食の日」給食メニュー

学校名	尾鷲市立輪内中学校	市町名	尾鷲市
-----	-----------	-----	-----

地場産物名	米・牛乳・かじき・キャベツ・じゃがいも・たまねぎ				
	献立名	食品名	1人当たり分量(g)	産地名	
	ごはん	米	96	三重県	
	牛乳	牛乳	206	三重県	
	魚のごまこしょう揚げ	かじき		60	尾鷲市
		塩		0.3	
		こしょう		0.3	
		小麦粉		9	
		黒ごま		4	
		塩		0.3	
		水		15	
		揚げ油		6	
	ゆかりキャベツ	キャベツ		54	三重県
		ゆかり		0.6	
	献立のポイント(地場産物の説明等)	どさん子汁	じゃがいも	30	尾鷲市
			たまねぎ	36	尾鷲市
にんじん			6		
かつお節			1.5		
もやし			12		
とうもろこし			20		
しょうが			1		
にんにく			1		
みそ			12		

魚のごまこしょう揚げは尾鷲の海で水揚げされた「かじき」を使用しました。  
学校の畑で収穫したじゃがいも・たまねぎを使用しました。