

(様式1)

「みえ地物一番給食の日」給食メニュー

学校名	金山小学校	市町名	熊野市
-----	-------	-----	-----

地場産物名	米、牛乳、小あじ、小麦粉、鶏肉			
	献立名	食品名	1人当たり分量(g)	産地名
	米飯	米	70	三重県
	牛乳	牛乳	206	三重県
	小あじのからあげ	小あじ	50	熊野市
		塩	0.4	
		コショウ	0.01	
		小麦粉	5	三重県
		油	5	
	キャベツとえのきのおひたし	キャベツ	25	
		えのき	12	
		花かつお	0.5	
		しょうゆ	1	
	五目きんぴら	油	1	
		鶏肉	10	三重県
		ごぼう	40	
		にんじん	20	
		こんにゃく	20	
		さつまあげ	10	
		さとう	3	
		酒	2	
		しょうゆ	4.5	

献立のポイント(地場産物の説明等)

熊野は海が近いので新鮮な魚を給食で提供することができます。初夏から夏にかけては鰯の幼魚がたくさん獲れるため、給食では丸ごとから揚げにして、頭や骨も食べられるように調理します。中には頭や骨をていねいに取り除いて食べる児童もいますが、ほとんどの児童は丸ごと食べることができます。カルシウムの摂取に大きく貢献している地元の食材です。