

「みえ地物一番給食の日」給食メニュー

学校名	杉の子特別支援学校
-----	-----------

地場産物名	米、牛乳、豚肉、きゅうり、じゃがいも、生揚げ、大豆、ねぎ
-------	------------------------------



献立のポイント(地場産物の説明等)

石薬師分校「ものづくりコース農芸班」に所属する生徒が、校内の畑で栽培したじゃがいもを「長寿汁」に使用しました。  
いも類、豆類、きのこ類、藻類等を摂取できる献立としました。

献立名	食品名	1人当たり分量(g)	産地名
米飯	米	85	三重県
牛乳	牛乳	206	三重県
ソースカツ	豚肉	40	三重県
	薄力粉	4	
	パン粉	8	
	油	5	
	ウスターソース	12	
	本みりん	5	
	酒	2	
	三温糖	0.5	
	切干大根の酢の物	切干大根	3
きゅうり		15	三重県
にんじん		7	
カットわかめ		1	
ごま		0.6	
薄口醤油		2	
米酢		4	
上白糖		3	
長寿汁		じゃがいも	10
	にんじん	10	
	まいたけ	10	
	生揚げ	8	三重県
	大豆	3.5	松阪市
	ねぎ	5	三重県
	とろろ昆布	1	
	和風だし	0.8	
	みそ	8	