

地場産物名	米・牛乳・玉葱・つきこんにやく・油あげ・きゅうり・もやし
-------	------------------------------



献立のポイント(地場産物の説明等)

伊勢市には、「伊勢甘たれ唐揚げ」というB級グルメがあります。伊勢の甘たれ唐揚げは、伊勢うどんのタレに使うたまり醤油をベースに甘く仕上げたタレを、揚げた鶏肉にからめます。今回は、わかばオリジナルのタレに仕上げました。玉城町で作られた濃口醤油を使い、カレー粉をまぜて「甘辛唐揚げ」にしました。子どもたちにも人気のメニューでごはんがすすむ味でした。

三重県は古くからひじきの産地であり、「伊勢ひじき」として全国に出荷されています。特徴として長く、太く、風味が良いと言われています。三重県産の大豆とともに炒め煮にしました。よく味がしみて美味しかったです。

献立名	食品名	1人当たり分量(g)	産地名
米飯	米	60	三重県
	麦	3	
牛乳	牛乳	206	三重県
鶏の甘辛唐揚げ	鶏もも肉	40	
	食塩	0.1	
	こしょう	0.02	
	片栗粉	6	
	油	4	
	濃口醤油	4	
	三温糖	4	
	本みりん	1.2	
	カレー粉	0.4	
	水	4	
伊勢ひじきの煮物	大豆(学校給食会)	10	三重県
	干ひじき	3	伊勢志摩産
	人参	10	
	玉葱	20	多気郡多気町
	竹輪	5	
	つきこんにやく	20	伊勢市
	油あげ	5	度会郡玉城町
	さやいんげん	3	
	三温糖	2.3	
	濃口醤油	4.5	
	本みりん	1	
	水	15	
	きゅうりの新生姜漬け	きゅうり	25
もやし		20	松阪市
人参		5	
生姜		0.4	
穀物酢		2	
濃口醤油		2	
三温糖		1.5	
かつおぶし		0.2	