

「みえ地物一番給食の日」給食メニュー

学校名

三重県立特別支援学校東紀州くろしお学園

地場産物名

米、牛乳、さば、ひじき、さやいんげん、なめこ、葉ねぎ、スイカ



献立のポイント(地場産物の説明等)

熊野市の特産品としては、さんまが有名ですが、さばの漁獲量も多く、東紀州地域では昔からよく食べられてきました。学校給食でも、新鮮で肉厚な生の切り身を使用することができるので、とても美味しく仕上がります。今回は、子どもたちが食べやすいように、ごま油の風味をつけた香味焼きにしました。

なめこは、紀宝町で盛んに生産されているので、地域の食材として、みそ汁に入れて提供しました。

その他、スイカは熊野市産、米、牛乳、ひじき、大豆、さやいんげん、葉ねぎは県内産を使用しています。(※写真のスイカは3人分です。)

献立名	食品名	1人当たり分量(g)	産地名
麦ごはん	米	85	三重県
	麦	4.5	
牛乳	牛乳	206	三重県
さばの香味焼き	さば(生)	50	熊野市
	しょうが	0.2	
	酒	1	
	本みりん	2	
	こいくちしょうゆ	4	
	ごま油	1	
	ひじきと大豆の煮物	なたね油	0.5
	人参	10	
	つきこんにやく	10	
	水	18	
	かつお削り節	0.8	
	大豆ドライパック	10	
	干しひじき	1.5	三重県
	酒	1.5	
	砂糖	1	
	こいくちしょうゆ	1.8	
	さやいんげん	5	三重県
なめこのみそ汁	水	150	
	かつお削り節	1.5	
	なめこ	10	三重県
	玉ねぎ	20	
	じゃが芋	30	
	葉ねぎ	8	伊勢市
	白みそ	10	
スイカ	スイカ	60	熊野市