

(様式1)

「みえ地物一番給食の日」給食メニュー

学校名	大谷台小学校	市町名	四日市市
-----	--------	-----	------

地場産物名	米 豚ひき肉 エリンギ ひじき 豆みそ 牛乳 削節 豆腐 卵 水耕ねぎ みかん
-------	---



献立のポイント(地場産物の説明等)

三重豚のみそそぼろ丼には、三重県産の豚ひき肉や伊勢志摩地域でとれるひじき、尾鷲で栽培されているエリンギを使用しています。調味料には、三重県産の大豆を使用して市内のみそ蔵で製造されている豆みそを使い、ごはんによく合うコクのある味つけにしました。栄養教諭等が地物であるひじきなどを使って子どもたちにも食べやすくなるよう検討を重ね、調理実習をしてできた献立です。豚ひき肉やみそ味でごはんもすすみます。

かきたま汁には、三重県で獲れたかつおやあじで作った削節でだしをとり、三重県産大豆で作られた豆腐、卵、水耕栽培ねぎを使用しました。

季節の果物には、南紀地域で栽培されているみかんを使用しました。

献立名	食品名	1人当たり分量(g)	産地名
三重豚のみそそぼろ丼	米	75	四日市市
	麦	3.8	
	豚ひき肉	25	三重県
	酒	2	
	しょうが	0.5	
	にんにく	0.3	
	ごま油	0.5	
	たまねぎ	35	
	ごぼう	10	
	エリンギ	10	三重県
	ひじき(干)	1	三重県
	さとう	4	
	みりん	3	
	しょうゆ	1	
	豆みそ	6	三重県
	ほうれん草	15	
	塩	0.1	
白ごま	1		
牛乳	牛乳	206	三重県
かきたま汁	にんじん	7	
	えのきたけ	5	
	削節	3	三重県
	みりん	1	
	淡口しょうゆ	5	
	塩	0.1	
	木綿豆腐	20	三重県
	片栗粉	1	
	卵	15	三重県
	水耕ねぎ	5	三重県
みかん	みかん	80	三重県