

(様式1)

「みえ地物一番給食の日」給食メニュー

学校名	大台中学校	市町名	大台町
-----	-------	-----	-----

地場産物名	麦ごはん・牛乳・豚肉の伊勢茶煮・粉ふきいも・かきたま汁
-------	-----------------------------



献立のポイント(地場産物の説明等)

大台町は多雨地帯で、平均気温14℃と温暖な気候に恵まれているため、古くから良質なお茶の産地として発展してきました。
 お茶にはビタミンCやビタミンA、カテキン等が含まれており、生活習慣病の予防に効果があると言われてています。また、うまみ成分であるテアニンは心身の疲労を回復させるリラックス効果もあると言われてています。
 大台中学校では、1年生で茶摘みの体験に取り組んでいますが、近年は家でお茶を淹れて飲む機会が減少し、手軽なペットボトル等を利用する機会が増加している現状があるため、地域の特産品であるお茶のよさについて子どもたちに知ってもらおうと、大台町の学校給食ではさまざまな料理にお茶を使っています。

献立名	食品名	1人当たり分量(g)	産地名
麦ごはん	米	100	大台町産
	麦	10	多気町産
牛乳	牛乳	206	大紀町産
豚肉の伊勢茶煮	豚小間	55	三重県産
	せん茶	0.55	大台町産
	濃口しょうゆ	4.4	
	穀物酢	3.9	
	本みりん	3.9	
	三温糖	0.77	
	いりごま	1.1	
粉ふきいも	じゃがいも	70	
	塩	0.15	
	こしょう	0.02	
	あおのり	0.01	
かきたま汁	鶏卵	22	三重県産
	にんじん	7.7	
	はくさい	22	三重県産
	だいこん	11	
	ねぎ	3.3	三重県産
	かつおだし	3.3	
	塩	0.02	
	薄口しょうゆ	4	
	かたくり粉	0.55	
	水	143	