

(様式1)

「みえ地物一番給食の日」給食メニュー

学校名	南勢中学校	市町名	南伊勢町
-----	-------	-----	------

地場産物名	米、いか、たけのこ水煮、牛乳、もやし、たまご
-------	------------------------



献立のポイント(地場産物の説明等)

様々な食材を使用でき、生徒にも人気の中華飯です。南伊勢町で水揚げされたいか、三重県産のたけのこ水煮を使用しました。たけのこの旬の季節には、多気町産のものを納品してもらっています。

ばんさんすうの卵は、南伊勢町の南勢養鶏から納品していただいています。松阪市のもやしを入れて、食感もよくさっぱりと仕上げています。

献立名	食品名	1人当たり分量(g)	産地名
中華飯	米	100	三重県
	麦	5	
	豚肉	24	
	いか	12	南伊勢町
	うずら卵水煮	18	
	人参	12	
	白菜	24	
	たけのこ水煮	12	三重県
	チンゲンサイ	24	
	なると	12	
	きくらげカット	0.96	
	油	1.8	
	中華スープの素	0.24	
	こいくちしょうゆ	5.4	
	上白糖	1.8	
	食塩	0.05	
	かたくり粉	2.4	
	水	72	
	ガラスープの素	1.2	
	牛乳	飲用牛乳	206
ばんさんすう	マロニー	6	
	キャベツ	24	
	人参	12	
	もやし	18	松阪市
	たまご	18	南伊勢町
	油	0.6	
	上白糖	2.4	
	ごま油	1.2	
	酢	3.6	
	こいくちしょうゆ	7.2	
食塩	0.12		
ストロベリーゼリー	ストロベリーゼリーの素	15	
	水	55	
	プリンカップ60	1個	