

「みえ地物一番給食の日」給食メニュー

学校名	三重県立くわな特別支援学校
-----	---------------

地場産物名	米、牛乳、かぼちゃ、豚ひき肉、まこもたけ、青ねぎ、こいくちしょうゆ、こめ油
-------	---------------------------------------



献立のポイント(地場産物の説明等)

この月の献立テーマが「夏いっぱいメニュー」ということから、夏野菜である三重県産のかぼちゃを主菜に取り入れました。かたくり粉をまぶしたかぼちゃを揚げ、豚ひき肉、にんじん、さやいんげんを加えたあんをかけることで、彩りよく見た目からも楽しむことが出来ます。また、かぼちゃを揚げる油は「くわなの米油」を使用しています。まこもたけのみそ汁には、菰野町の特産品のまこもたけを使用し、他にも様々な食材も加えることで食感も楽しむことが出来るみそ汁にしました。夏の果物であるスイカを取り入れ、地場産物を意識させるとともに夏を意識させるメニューとしました。

献立名	食品名	1人当たり分量(g)	産地名
うめ菜ごはん	米	85	三重県
	麦	5	
	紀州南高まぜごはんの素	8	
	乾燥大根葉	2	
牛乳	牛乳	206	三重県
かぼちゃのそぼろあんかけ	かぼちゃ	80	三重県
	かたくり粉	7	
	こめ油	3	桑名市
	しょうが	0.5	
	三温糖	1	
	こいくちしょうゆ	3.5	三重県
	本みりん	2	
	料理酒	2	
	豚ひき肉	20	三重県
	にんじん	10	
	さやいんげん	10	
	塩	0.01	
	かたくり粉	1.5	
水	30		
まこもたけのみそ汁	ごぼう	10	
	だいこん	22	
	油揚げ	5	
	まこもたけ水煮	13	菰野町
	こまつな	20	
	青ねぎ	6	三重県
	赤みそ	4	
	白みそ	5	
	いりこだし	1	
	こんぶ	1	
水	150		
スイカ	スイカ	60	