

「みえ地物一番給食の日」給食メニュー

学校名	豊学校
-----	-----

地場産物名	牛乳、ごはん、魚の南蛮漬け、大豆とひじきのサラダ、えのきのすまし汁
-------	-----------------------------------



献立名	食品名	1人当たり分量(g)	産地名
ごはん	米	80	三重
牛乳	牛乳	206	三重
魚の南蛮漬け	さば	60	三重
	片栗粉	5	
	油	5	
	砂糖	12	
	こいくちしょうゆ	5	
	酢	12	
	ねぎ	6	三重
	しょうが	2	
	大豆とひじきのサラダ	大豆ドライパック	30
ひじきドライパック		8	三重
きゅうり		20	
ベーコン		8	
マヨネーズ		6	
こいくちしょうゆ		1	
ごま油		0.5	
えのきのすまし汁		ねぎ	3
	わかめ	1	
	かまぼこ	5	
	えのき	10	
	かつおだし	1	
	うすくちしょうゆ	4	

献立のポイント(地場産物の説明等)

安定的に手に入る学校給食会の大豆とひじきを使用しました。