

「みえ地物一番給食の日」給食メニュー

学校名	杉の子特別支援学校
-----	-----------

地場産物名

米、麦、ひじき、にんじん、牛乳、豚肉、大根、ねぎ



献立のポイント(地場産物の説明等)

ひじきが苦手な児童生徒でも食べやすいよう、炊き込みご飯の具材の一つとして、三重県産のひじきを活用した。この献立を通じて、三重県がひじきの産地であることを周知した。
他に、三重県産の野菜類等を、煮物や汁物に使用した。

献立名	食品名	1人当たり分量(g)	産地名	
ひじきごはん	米	75	三重県	
	麦	5	三重県	
	ひじき	1.4	三重県	
	とりにく	16		
	干し椎茸	2		
	にんじん	10	三重県	
	ごぼう	5		
	うすくちしょうゆ	2		
	酒	3		
	上白糖	1		
	塩	0.3		
	和風だし	0.5		
	牛乳	牛乳	206	三重県
	厚揚げと豚肉のみそ煮	豚肉	25	三重県
しょうが		0.2		
厚揚げ		60		
うずら卵		18		
ピーマン		6.5		
キャベツ		70		
にんじん		13	三重県	
上白糖		3.1		
みそ		2.5		
こいくちしょうゆ		3.7		
大根のすまし汁	酒	1.2		
	和風だし	0.6		
	油	0.5		
	大根	20	三重県	
	ねぎ	8	三重県	
	わかめ	0.5		
	ごま	1		
	うすくちしょうゆ	3		
	酒	2		
	和風だし	1		
かたくり粉	1			