

(様式1)

「みえ地物一番給食の日」給食メニュー

学校名	鈴鹿市立白子小学校	市町名	鈴鹿市
-----	-----------	-----	-----

地場産物名	米, 牛乳, ひじき, 赤みそ, 鶏卵, みかん
-------	--------------------------



献立のポイント(地場産物の説明等)

ごはんは鈴鹿市産のコシヒカリを使用している。
 牛乳は鈴鹿市産を含む三重県産の生乳で作られたものを使用している。
 ひじき入り中華そばろは、野菜と伊勢志摩地方でとれたひじきを鈴鹿市産大豆を使用して作られた豆みそ(赤みそ)をはじめとした調味料で味付けしたそばろ。ごはんの上に乗せて食べる献立で、ひじきが苦手な児童も食べやすい人気献立の一つ。
 中華コーンスープは、鈴鹿市産の鶏卵の入ったコーンスープである。一般的なコーンスープとは異なり、牛乳や生クリームは入っていないためごはんの日の献立にも合う味付けになっている。
 デザートは、三重県南部で栽培が盛んなみかんを使用。

献立名	食品名	1人当たり分量(g)	産地名
ごはん	米	75	鈴鹿市
	強化米	0.22	
牛乳	牛乳	206	三重県
	ひじき入り中華そばろ		
	豚ひき肉	20	
	人参	20	
	白ねぎ	3	
	米ひじき	2.5	三重県
	干しいたけ(せん)	1	
	油	1.5	
	おろししょうが	0.5	
	おろしにんにく	0.2	
	上白糖	4	
	トウバンジャン	0.1	
	こいくちしょうゆ	4	
	赤みそ	3	鈴鹿市
	オイスターソース	1	
	水	5	
中華コーンスープ	ベーコン	10	
	玉ねぎ	30	
	鶏卵	20	鈴鹿市
	ホールコーン(冷凍)	20	
	クリームコーン	20	
	中華スープの素	1	
	こいくちしょうゆ	3	
	食塩	0.2	
	でん粉	1	
	パセリ	0.1	
	水	90	
みかん	みかん	64	三重県