

(様式1)

「みえ地物一番給食の日」給食メニュー

学校名	赤羽中学校	市町名	紀北町
-----	-------	-----	-----

地場産物名	米・牛乳・さば・米粉・花かつお・バター・にんじん
-------	--------------------------



献立のポイント(地場産物の説明等)
 紀北町産のさばを使った献立です。魚が苦手な子どもでも食べやすいように、カレー粉をまぶし、溶かしバターをかけて焼いています。カレー味がごはんにも合う一品です。
 紀伊長島学校給食センターでは、だしをとって給食を作っています。そばろ煮のだしは、紀北町産のかつお節を使用しています。

献立名	食品名	1人当たり分量(g)	産地名	
ごはん	米	100	紀北町	
牛乳	牛乳	206	大紀町	
さばのカレー焼き	さば	60	紀北町	
	清酒	4		
	食塩	0.7		
	カレー粉	0.7		
	こしょう	0.05		
	米粉	5	三重県	
	なたね油	2.5		
	バター	3	大紀町	
	大根のそばろ煮	だし昆布	0.3	
		花かつお	1.5	紀北町
水		100		
なたね油		0.4		
鶏ひき肉		20		
清酒		1.5		
三温糖		0.6		
こいくちしょうゆ		1		
ほししいたけ		0.5		
戻し汁		10		
にんじん		13	三重県	
板こんにゃく		25		
だいこん		130		
三温糖		2		
清酒		3.5		
本みりん		3.5		
うすくちしょうゆ		5		
こいくちしょうゆ		5		
片栗粉		3.5		
水		5		
いんげん	6			
小松菜のおひたし	もやし	35		
	小松菜	30		
	にんじん	10		
	こいくちしょうゆ	2.5		
	三温糖	1.3		