

(様式1)

「みえ地物一番給食の日」給食メニュー

学校名	南勢小学校	市町名	南伊勢町
-----	-------	-----	------

地場産物名	米、麦、牛乳、かつお				
	献立名	食品名	1人当たり分量(g)	産地名	
	麦ごはん	精白米	80	三重県	
		麦	4	三重県	
	牛乳	牛乳	206	大紀町	
	カツオと大豆のごまみそがらめ	かつお角切り		50	南伊勢町
		酒		1.5	
		かたくり粉		4	
		油		4	
		大豆(乾)		10	
		かたくり粉		1.5	
		油		2	
		赤みそ		6	
		上白糖		4	
		本みりん		1	
	水		3		
	けんちん汁	ごぼう		10	
		だいこん		15	
		にんじん		15	
		板こんにゃく		10	
		干しいたけ		0.5	
		木綿豆腐		20	
油			0.5		
削り節			3		
水			130		
酒			1		
	濃口しょうゆ		4.5		
	食塩		0.3		
	ねぎ		4		
	ごま油		0.2		

献立のポイント(地場産物の説明等)

今回の献立では南伊勢町で獲れたかつおをごまみそにからめていただきました。南伊勢町でとれるかつおはあらかじめ網をはり自然に集まってきた魚を獲る定置網や火を焚いて集めた魚を獲るまき網という方法で獲っています。
春先は初がつお、秋ごろには戻りがつおが獲れ、時期によって脂の乗り具合が異なり、旬のおいしさをいただいています。