

「みえ地物一番給食の日」給食メニュー

学校名	玉城町立玉城中学校	市町名	玉城町
-----	-----------	-----	-----

地場産物名	米 牛乳 れんこん ねぎ 卵 生椎茸
-------	--------------------



献立名	食品名	1人当たり分量(g)	産地名
麦ごはん	米	100	玉城町
	麦	5	
牛乳	牛乳	206	三重県
とりとれんこんのつくね	とり肉	62.5	三重県
	塩	0.25	
	れんこん	18.75	玉城町
	ねぎ	6.25	伊勢市
	しょうが	0.63	
	卵	6.25	紀北町
	パン粉	3.75	
	しょうゆ	2.73	
	みりん	3.5	
	三温糖	1.98	
	水	3.5	
	片栗粉	0.55	
	のっぺい汁	里いも	10
大根		12.5	
ごぼう		10	
人参		12.5	
生椎茸		6.25	玉城町
ねぎ		6.25	伊勢市
厚揚げ		9	
厚削り節		2.13	
みりん		1.58	
薄口しょうゆ		5.25	
濃口しょうゆ		1	
塩		0.13	
片栗粉		1.5	
水	165		
ヨーグルト	ヨーグルト	80	

献立のポイント(地場産物の説明等)

とり肉と粗みじん切りにしたれんこんを使って、つくねを作りました。れんこんを、少し大きめに切り、食べた時のシャキシャキとした食感を残すようにしています。たれは少し甘めで、とろみをつけてつくね全体にからむように調整しています。のっぺい汁には、玉城町でとれた生椎茸と伊勢市でとれたねぎを使いました。

給食に使っているれんこんは、直売所にも出荷している玉城町の農家さんが育てたものです。栽培歴は20年を超える70代のベテランの方です。1人で20ヘクタールの畑を耕し、れんこんを栽培しています。れんこんの種類は「備中」で、一般的なれんこんに比べると白く、艶やかで、主に関西で好まれている品種です。シャキシャキの心地よい食感に加え、もちもち感も楽しめます。収穫は8~3月で、畑の水を少し抜いた泥の中に、胴つきの長靴をはいて入り収穫します。冬場は水の冷たさがかなりこたえる作業だそうです。