

「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、さば			
	献立名	食品名	1人当たり分量(g)	産地名
<p>献立のポイント(地場産物の説明等)</p> <p>南伊勢町の市場で水揚げされたさばを使用し、竜田揚げにしました。しょうがを使用して下味をつけることで臭みを消し、カラッと油で揚げてあります。</p> <p>南伊勢町では、1年を通して地元で獲れる新鮮なさばを提供しています。</p>	麦ごはん	精白米	80	三重県
		麦	4	三重県
	牛乳	牛乳	206	大紀町
	さばの竜田揚げ	さば	60	南伊勢町
		しょうが	0.3	
		酒	1	
		しょうゆ	3	
		かたくり粉	5	
		油	5	
	きゃべつ	きゃべつ	25	
		食塩	0.1	
		こしょう	0.02	
	根菜のみそ汁	だいこん	15	
		にんじん	8	
		ごぼう	10	
		さといも	10	
		油揚げ	5	
		ねぎ	3	伊勢市
合わせみそ		10		
煮干し		3		
水		160		