

「みえ地物一番給食の日」給食メニュー

学校名	鳥羽東中学校	市町名	鳥羽市
-----	--------	-----	-----

地場産物名	米、桃取サーモン、あおさ、あおねぎ、今浦みそ
-------	------------------------



献立名	食品名	1人当たり分量(g)	産地名
麦ご飯	米	90	三重県
	麦	4.5	
牛乳	牛乳	206	
桃取サーモンのレモン揚げ	桃取サーモン	50	三重県
	酒	1	
	しお	0.12	
	こしょう	0.02	
	片栗粉	4	
	小麦粉	2	
	揚げ油	3	
	ポッカレモン	1.8	
	薄口しょうゆ	5.6	
	三温糖	4.6	
	みりん	1.4	
水	3		
たまねぎ	たまねぎ	12	
	レモン	3	
ゆで野菜	キャベツ	35	
	しお	0.05	
あおさのみそ汁	大根	35	三重県
	にんじん	10.5	
	あおねぎ	3	
	木綿豆腐	25	
	あぶらあげ	5	
	今浦みそ	12	
	あつけずり	2	
	水	140	
	あおさ	1	

献立のポイント(地場産物の説明等)

第1回鳥羽が好きふるさと給食。今回のメイン食材は鳥羽の「桃取サーモン。」地域の新しい養殖業として、大きな期待が寄せられています。桃取地区は冬に海水温が18度以下になるなど、サーモンの養殖に適しています。

サーモンはお刺身で食べる人が多い食材です。給食で魚のフライを4月にした時、子供たちに好評でした。少しいつもと違う感じで食べて欲しいと思いレモン揚げにしました。