

「みえ地物一番給食の日」給食メニュー

学校名	志摩市学校給食センター	市町名	志摩市
-----	-------------	-----	-----

地場産物名 **米・牛乳・しろさばふぐ・あおさ・ひじき**



献立名	食品名	1人当たり分量(g)	産地名
麦ごはん	米	80	志摩市
	麦	4	
牛乳	牛乳	206	三重県
安乗産しろさばふぐのマヨネーズ焼き	しろさばふぐ	40	志摩市
	塩	0.1	
	こしょう	0.01	
	ハーフマヨネーズ	12	
	シュレッドチーズ	6	
	乾燥マッシュポテト	1.5	
	パン粉	1	
	あおさ	0.15	志摩市
	ひじきの温かいサラダ	サラダ油	1
	にんにく	0.15	
	ベーコン	6	
	たまねぎ	8	
	赤ピーマン	10	
	ひじきドライパック	10	三重県
	塩	0.25	
	こしょう	0.02	
	砂糖	3	
	酢	5	
	こいくちしょうゆ	1.8	
	ミカン果汁	7.5	
野菜クリームスープ	サラダ油	0.3	
	バター	2	
	たまねぎ	21	
	にんじん	41	
	かぼちゃ	44	
	塩	0.3	
	こしょう	0.02	
	米	3	志摩市
	水	125	
	鶏ガラスープ	1.2	
	牛乳	50	三重県
生クリーム	3		

献立のポイント(地場産物の説明等)

志摩観光ホテルの総料理長が志摩市の食材を使って考案した献立です。志摩市では安乗ふぐが三重ブランドとして有名ですが、同じ安乗で水揚げされたしろさばふぐを使用しました。みずみずしくて柔らかく、加熱しても硬くなりにくいのが特徴です。
 ひじきの温かいサラダは、ミカン果汁をベースにして、調味料で炒めながら「味をつけていく」サラダです。
 野菜クリームスープは、小麦粉、バター、ルウを使わず、米でとろみをつけるホテル伝統のレシピです。志摩産の米を使用しました。