

「みえ地物一番給食の日」給食メニュー

学校名	齋宮小学校	市町名	明和町
-----	-------	-----	-----

地場産物名	米、牛乳、ひじき、えごま、豚肉、白菜、にんじん、白ねぎ		
-------	-----------------------------	--	--



献立名	食品名	1人当たり分量(g)	産地名
ご飯	米	60	明和町
牛乳	牛乳	206	三重県
ひじきのそぼろ炒め	鶏ひき肉	40	
	なたね油	1	
	干しひじき	2.5	明和町
	えだまめ	10	
	しょうが	0.5	
	三温糖	2	
	清酒	1	
	こいくちしょうゆ	2	
えごま和え	キャベツ	35	
	こまつな	10	
	こいくちしょうゆ	1.8	
	三温糖	0.8	
	えごま(おから)	1	大台町
地物野菜のうま煮	豚肉	15	三重県
	ごま油	0.8	
	はくさい	35	明和町
	大根	20	
	にんじん	20	明和町
	白ねぎ	5	明和町
	にんにく	0.5	
	中華だし	0.8	
	本みりん	3	
	清酒	3	
	こいくちしょうゆ	2	
	水	40	

献立のポイント(地場産物の説明等)

今年1月22日～1月26日までの1週間は、明和町学校給食週間と設定し、世界各国の料理や、地場産物などを献立に多く取り入れました。

この日は、「多気郡の特産品を使った給食」としています。明和町の代表的な特産品であるひじきを使って、そぼろ炒めを作りました。大台町では近年えごまの栽培に力を入れています。給食では、えごま油を搾った後に残るおからを使って、和え物を作りました。また明和町では、毎月19日前後を「食育の日」として、旬の地場産物を給食に取り入れています。1月は、白菜・にんじん・白ねぎで、地物野菜のうま煮を作りました。

学校給食週間の資料は、多気郡の特産品として「ひじき」と「えごま」について紹介し、給食指導に活用しました。