

「みえ地物一番給食の日」給食メニュー

学校名	三重県立特別支援学校北勢きらら学園
-----	-------------------

地場産物名 **米 麦 鶏肉 しょうが セロリー にんじん キャベツ**



献立のポイント(地場産物の説明等)
 食形態が多いため、どの児童生徒でも食べやすいカレーにしました。
 みんなの好きなカレーには三重県産の野菜が入っているんだよという食育も高等部に対して行いました。
 また、噛む練習になるように食材の大きさを大きくして、柔らかく煮込んであります。
 サラダはカレーと違ってさっぱりした味付けにして、味変にもなり楽しみながら食べてもらうことを意識しました。
 サラダの野菜も比較的柔らかくして提供しています。
 みかんミルクソースはデザート感覚で楽しんでもらえたらいいなと思ひ提供しました。みかんはこの寒い季節によくなじみのあるもので家庭でも食べているという声がありました。

献立名	食品名	1人当たり分量(g)	産地名	
カレーライス	米	70	三重県	
	麦	95	三重県	
	鶏ひき	8	三重県	
	酒	1		
	塩	0.1		
	しょうが	0.5	三重県	
	ニンニク	0.5		
	セロリー	1	三重県	
	たまねぎ	60		
	にんじん	12	三重県	
	じゃがいも	60		
	水	110		
		カレールウ	16	
		おろしりんご	5	
	ソース	2		
	オールスパイス	0.01		
牛乳	牛乳	206		
さっぱりサラダ	キャベツ	40	三重県	
	にんじん	10	三重県	
	だし汁	16		
	みりん	0.5		
	さとう	0.8		
	しょうゆ	0.8		
	こしょう	0.01		
みかんミルクソース	みかん	80		
	牛乳	20		
	さとう	2.5		
	かたくり粉	0.3		