

「みえ地物一番給食の日」給食メニュー

学校名	梅が丘小学校	市町名	名張市
-----	--------	-----	-----

地場産物名	米、牛乳、さば、みずな、キャベツ、だいこん、ねぎ
-------	--------------------------



献立のポイント(地場産物の説明等)

名張市でとれたみずなを使い、焼きのりとあえた磯辺和えです。のっぺい汁は、冬の野菜がたくさん入った体の温まる汁物です。

献立名	食品名	1人当たり分量(g)	産地名
麦飯	米	80	名張市
	麦	4	
牛乳	牛乳	206	三重県
さばのみそ煮	さば	50	三重県
	しょうが	1	
	みそ	5	
	三温糖	3	
	酒	3	
	みりん	2	
	しょうゆ	1	
みずなのいそべあえ	みずな	15	名張市
	キャベツ	30	三重県
	しょうゆ	1	
	焼きのり	0.3	
のっぺい汁	だいこん	30	名張市
	にんじん	8	
	突きこんにやく	10	
	さといも	20	
	油揚げ	5	
	ねぎ	5	三重県
	かつおぶし	2	
	昆布だし	0.5	
	しょうゆ	3	
	酒/塩	1/0.2	
	水かたくり粉	1	
水	140		