

(様式1)

「みえ地物一番給食の日」給食メニュー

学校名	御菌小学校	市町名	伊勢市
-----	-------	-----	-----

地場産物名	米、牛乳、豚肉、葉ねぎ、ひじき、卵、モロヘイヤ、生しいたけ			
	献立名	食品名	1人当たり分量(g)	産地名
	ひじきと豚肉のごはん	米	70	伊勢市小俣町
		麦	3.5	
		豚肉	25	三重県
		濃口しょうゆ	1	
		酒	2	
		葉ねぎ	3	伊勢市
		しょうが	0.8	
		ひまわり油	0.5	
		人参	10	
		ひじき	2.5	三重県
		濃口しょうゆ	3	
		酒	1	
		三温糖	2.5	
		卵	30	三重県
		食塩	0.1	
ひまわり油	1			
	牛乳	牛乳	206	三重県
	具だくさん汁	人参	10	
		白菜	25	
		じゃがいも	25	
		生しいたけ	2	紀北町
		モロヘイヤ	3	松阪市
		濃口しょうゆ	2.5	
		うすくちしょうゆ	2	
		かつおぶし	1.5	
		こんぶ	0.5	
		水	130	
	ヨーグルト	ヨーグルト	80	

献立のポイント(地場産物の説明等)

三重県産の食品をたくさん使った献立です。お米は、年間を通して伊勢市小俣町で生産された「コシヒカリ」を使用しています。
 牛乳は、三重県で生産・加工された大内山牛乳を使用しています。
 ひじきと豚肉のごはんには、豚肉をはじめ、卵、葉ねぎ、ひじきといった三重県産の食材を使っています。葉ねぎは、伊勢市で栽培が盛んで県内で一番多く出荷されています。マルチ栽培で季節によってビニールの色を変えながら地温調整し、育てられています。ひじきも伊勢志摩周辺の海で育ったものです。
 具だくさん汁は、松阪市でとれたモロヘイヤを使っています。モロヘイヤには、ビタミンAやビタミンC、カルシウムが多く含まれています。生しいたけは年間を通して紀北町産です。