

「みえ地物一番給食の日」給食メニュー

学校名	朝上小学校	市町名	菰野町
-----	-------	-----	-----

地場産物名	牛乳、米、豚ひき肉、ひじき、干しいたけ、小松菜、豆腐、油あげ			
	献立名	食 品 名	1人当たり 分量(g)	産地名
	牛乳	牛乳	206	三重県
	ごはん	米	70	菰野町
		麦	3.5	
	豚とひじきのみそそぼろ丼	豚ひき肉	30	三重県
		酒	2	
		にんにく	0.3	
		しょうが	0.5	
		ひじき	2.5	三重県
		たまねぎ	10	
		にんじん	10	
		干しいたけ	0.3	三重県
		小松菜	10	菰野町
		ごま油	0.5	
		砂糖	3	
		みりん	2	
		しょうゆ	2	
		赤みそ	5	
		トウバンジャン	0.1	
		ごま	1	
献 立 の ポ イ ン ト(地場産物の説明等) 菰野町では米の生産が盛んで、給食のごはんは菰野町産のコシヒカリを使用しています。また朝上地区では大豆の生産も盛んで、朝上小学校の周りにも、田んぼや大豆畑が広がっています。給食で使用する豆腐や油揚げは、菰野町でとれた大豆から作られたものを使っています。 小松菜は、朝上小学校の近くにあるビニールハウスで水耕栽培されたものを、年間通して使用しています。	けんちん汁	鶏肉	10	
		豆腐	20	菰野町
		油あげ	5	菰野町
		大根	25	
		ごぼう	7	
		エリンギ	5	
		こんにゃく	8	
		ごま油	0.5	
		削り節	2	
		みりん	1	
		うすくちしょうゆ	4	
		青ねぎ	5	
		片栗粉	1	