

「みえ地物一番給食の日」給食メニュー

学校名	鳥羽小学校	市町名	鳥羽市
-----	-------	-----	-----

地場産物名	米 たこ 牛乳 つきこんにやく 今浦味噌 ひじき				
	献立名	食品名	1人当たり分量(g)	産地名	
 <p>献立のポイント(地場産物の説明等)</p> <p>「鳥羽が好きふるさと給食」を年2回実施しています。今回は第1回目、たこめし・ひじきサラダ・みそけんちん汁で鳥羽市の食材をたくさん使用しました。</p> <p>たこ飯は鳥羽の郷土料理の1つです。鳥羽の海ならどこでもとれますが、神島ではたこつぼが島にたくさんあり、身近な食材の1つです。</p> <p>ひじきは、柔らかくて食べやすい芽ひじきを使い、ひじきに味を付けサラダにしました。</p> <p>毎年、収穫した今浦米をたくさん使った今浦味噌。三重県産の大豆と鳥羽の米を使ったみそは、昔ながらの作り方で一つ一つ手作りを大切に無添加のみそです。</p>	麦ご飯	米	80	三重県	
		麦	4		
	牛乳	牛乳	206	三重県	
	たこめしの具	たこ	23	鳥羽市	
		塩	0.01		
		にんじん	8.8		
		油揚げ	6		
		つきこんにやく	8.8	伊勢市	
		えだまめ(冷凍)	3		
		濃い口しょうゆ	3.3		
		薄口しょうゆ	1.76		
		酒	2.2		
		塩	0.18		
		本みりん	1		
		だし汁	8.5		
		みそけんちん汁	豚肉	7	
	酒		1		
	大根		35		
	ごぼう		15		
	にんじん		10		
	油		0.75		
	木綿豆腐		25		
	圧削り		2		
	今浦味噌		11	鳥羽市	
	水		130		
	ひじきサラダ	白ネギ	2.5		
		干しひじき(芽)	1.5	鳥羽市	
濃い口しょうゆ		0.55			
三温糖		0.55			
かつおだし		5			
きゅうり		7.7			
ロースハム		7.7			
ホールコーン(冷凍)		6			
キャベツ		50			
ノンエッグマヨネーズ		13.5			
塩	0.1				