

「みえ地物一番給食の日」給食メニュー

学校名	赤羽中学校	市町名	紀北町
-----	-------	-----	-----

地場産物名	米、しょうゆ、にんじん、ほうれんそう、ねぎ、牛乳、いちご、たまご			
 献立のポイント(地場産物の説明等) いちごは紀北町にある久保農園さんの「章姫」です。糖度が15～18度あるそうです。 ビビンバは給食でも人気の高いメニューです。紀北町産の卵を使用しています。その他にも三重県産のにんじん、ほうれんそう、ねぎを使っています。 ごはんは三重県産の「コシヒカリ」を使用しています。	献立名	食 品 名	1人当たり分量(g)	産地名
	ビビンバ	米	100	三重県
		豚肉	60	
		なたね油	0.65	
		ごまあぶら	0.52	
		にんにく	0.26	
		三温糖	2.3	
		こいくちしょうゆ	6.5	玉城町
		清酒	2.3	
		なたね油	1.3	
		たまご	40	紀北町
		食塩	0.1	
		三温糖	1.5	
		しらたき	40	
		にんじん	13	三重県
		もやし	65	
		ほうれんそう	23	三重県
		清酒	3.7	
		三温糖	3.3	
		こいくちしょうゆ	6.5	玉城町
		ごまあぶら	1.3	
		いりごま	4	
		一味	0.04	
		葉ねぎ	4	伊勢市
	牛乳	牛乳	206	大紀町
	わかめスープ	だし昆布	0.8	
		水	215	
		にんじん	13	三重県
		えのき	10	
		コーン	8	
		わかめ	0.3	
		こしょう	0.03	
		うすくちしょうゆ	4	玉城町
		清酒	1.5	
		中華だし	1	
		かたくり粉	1.5	
		水	3	
	いちご	いちご	30	紀北町