

「みえ地物一番給食の日」給食メニュー

学校名	三重県立稲葉特別支援学校
-----	--------------

地場産物名	米、牛乳、大豆、牛肉、ねぎ、みかん			
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
	さぶらぎごはん	米	84	三重県
		食塩	0.5	
		大豆	10	三重県
	豆腐田楽	豆腐	60	
		合わせ味噌	4	
		こいくちしょうゆ	1	
		三温糖	3.5	
		料理酒	2	
		ごま油	0.5	
		すりごま	0.5	
	牛汁	牛肉・こま	15	三重県
		玉ねぎ	30	
		人参	10	
		ねぎ	5	三重県
えのきたけ		8		
生姜		0.5		
油揚げ		8		
かつお節(ダシ用)		1.5		
うすくちしょうゆ		5		
食塩		0.2		
みかん	南紀みかん(M)	1個	三重県	

献立のポイント(地場産物の説明等)

「さぶらぎごはん」は、中勢と伊賀地区の郷土料理で、大豆を煎って入れた塩味のご飯です。「さぶらぎ」とは、「田開き」という意味で、お米の苗が丈夫によく育つようにと願いを込めて食べました。「とうふ田楽」は、伊賀地方の料理です。あわせみそ＋しょうゆ＋砂糖＋酒＋ごま油＋すりごまで作ったみそダレを豆腐の上にかけて焼きました。「牛汁」は、牛肉とねぎ、地物産の野菜などを煮込んだ汁物です。南紀みかんは、南向きの明るい斜面と黒潮が運ぶあたたかな風により、甘みと酸味が調和した濃厚な味わいのみかんです。