

「みえ地物一番給食の日」給食メニュー

学校名	大山田北小学校	市町名	桑名市
-----	---------	-----	-----

地場産物名 米、牛乳、厚揚げ、しじみ、ねぎ



献立のポイント(地場産物の説明等)

桑名市の赤須賀地区で獲れた、しじみを使用した献立です。みそ汁のだしには、しじみ以外のだしを使用せず、シンプルなみそ汁になっています。

赤須賀地区は、川の水と海の水が混ざり合う栄養豊富な場所で、しじみの他、はまぐり・あさり・しらうおの漁も行われています。

桑名市では、年に1度は、赤須賀地区で獲れた、しじみを使った料理を給食に組み入れています。

なかなか、家庭では食卓に上がりにくい食材だと思われます。また、子どもたちが殻がついた貝を食べる経験も少なくなってきた時代とも言えます。「しじみを給食で食べる」という貴重な経験ができる献立だと考えています。

献立名	食品名	1人当たり分量(g)	産地名
ごはん	米	80	桑名市
牛乳	牛乳	206	大紀町
厚揚げの中華炒め	豚こま肉	10	三重県・熊本県・愛知県
	しょうがパウダー	0.03	
	にんにくパウダー	0.03	
	炒め油	0.5	
	厚揚げ	55	三重県
	たまねぎ	45	
	にんじん	10	
	しめじ	10	
	キャベツ	45	
	こまつな(冷)	5	
	オイスターソース	1	
	しょうゆ	6	
	トウバンジャン	0.1	
	鶏だし	0.6	
	塩	0.4	
	ごま油	0.5	
でんぷん	0.5		
しじみのみそ汁	しじみ	30	桑名市
	ねぎ	3	三重県
	豆みそ	10	
チーズ	ピピピチーズ	5	