

「みえ地物一番給食の日」給食メニュー

学校名	津市中央学校給食センター	市町名	津市
-----	--------------	-----	----

地場産物名	米、牛乳、大根、小松菜、アレッタ、白菜、濃口しょうゆ、酒
-------	------------------------------



献立名	食品名	1人当たり分量(g)	産地名
麦飯	精白米	100	三重
	麦	5	
牛乳	牛乳	206	三重県
わかさぎのから揚げ	わかさぎ	35	
	こいくちしょうゆ	3.5	津市一身田
	酒	1.5	三重県
	おろししょうが	1	
	でん粉	8	
	油	3.8	
	大根のそぼろあん	油	0.3
	鶏ももひき肉	10	
	酒	0.5	
	水	30	
	だし用かつお節	0.3	
	三温糖	0.6	
	こいくちしょうゆ	4	津市一身田
	みりん	1.2	
	酒	1.2	三重県
	大根	60	津市須ヶ瀬町
	にんじん	10	
	厚揚げ	45	
	小松菜	10	津市稲葉町
	でん粉	1	
アレッタと白菜のごま和え	アレッタ	15	津市稲葉町
	白菜	45	三重県
	こいくちしょうゆ	2.4	津市一身田
	三温糖	0.24	
	すりごま	2.5	

献立のポイント(地場産物の説明等)

アレッタは、ブロッコリーとケールをかけ合わせて作られた野菜です。津市で誕生した新しい野菜として、市内各地の給食で取り入れられています。12月頃は頂花蕾を、1～2月は脇芽を使った献立が例年実施されています。今回は、旬の白菜とともにごま和えにしました。

家庭に配布される献立表にアレッタの紹介をのせて知らせたり、生産される様子をまとめた資料を、給食時間の放送や教室での指導資料として活用しました。

大根のそぼろ煮には、津市産の大根・小松菜が使われています。本給食センターでは、JAとの契約により、市内産を優先的に購入する体制を整えており、今回の大根と小松菜は、JAから納品されたものです。