

「みえ地物一番給食の日」給食メニュー

学校名	三重県立龔学校
-----	---------

地場産物名	米、牛乳、さわら、もやし、まこも、豆腐
-------	---------------------

	献立名	食品名	1人当たり分量(g)	産地名	
	<p style="text-align: center;">献立のポイント(地場産物の説明等)</p> <p>学校給食会のまこもだけの水煮を購入して、斜めに薄く切ってすまし汁に入れました。くせがなくてやさしい汁物になりました。</p>	秋の香りご飯	米	80	三重県
鶏肉			10		
油揚げ			5		
さつまいも			20		
えのきだけ			8		
干しシイタケ			1		
ないたけ			5		
うすくちしょうゆ			4		
みりん			2		
塩			0.1		
かつおだし			0.3		
牛乳			牛乳	206	三重県
魚の照り焼き			さわら	60	三重県
		しょうが	0.3		
		酒	3		
	みりん	2			
	砂糖	1			
	こいくち	4			
	ごまみそあえ	にんじん	5		
もやし	20	三重県			
白菜	30				
みりん	2				
ごま	0.5				
みそ	4				
砂糖	1				
まこもだけのすまし汁	まこも	10	三重県		
	豆腐	20	三重県		
	わかめ	0.5			
	かつおだし	1			
	うすくちしょうゆ	3			
酒	1				