

地場産物名

精白米、赤米、牛乳、キャベツ、鶏むね肉、にんじん、大根、白菜、ねぎ



献立のポイント(地場産物の説明等)

赤米ごはんの赤米は、いなべ市産の桜米を使用し、白いお米と一緒に炊きました。炊きあがると、白いごはんがほんのりと赤く色づくのが特徴です。  
白米は、東員町産のヒノヒカリを使用しています。  
ちゃんこ鍋は、寒くなる季節に体が温まるメニューです。また、たくさんの野菜をとることができます。三重県産の大根、にんじん、白菜、ねぎ、鶏肉を使用しました。

献立名	食品名	1人当たり分量(g)	産地名
赤米ごはん	精白米	72	東員町
	赤米	1.4	いなべ市
牛乳	牛乳	206	三重県
いわしの生姜煮	いわし	40	
	しょうゆ	3	
	みりん	1	
	さとう	2	
	おろし生姜	0.3	
	片栗粉	0.5	
ポン酢和え	キャベツ	30	三重県
	小松菜	20	
	糸かつお	0.2	
	ポン酢	4	
ちゃんこ鍋	鶏むね肉	15	三重県
	にんじん	8	三重県
	大根	25	三重県
	油揚げ	3	
	もやし	10	
	白菜	40	三重県
	削り節	2	
	鶏がらスープ	1	
	みりん	2	
	白みそ	6	
	薄口しょうゆ	1	
	おじゃがもちボール	20	
	ねぎ	3	いなべ市