

(様式1)

「みえ地物一番給食の日」給食メニュー

| | | | |
|-----|------|-----|------|
| 学校名 | 楠小学校 | 市町名 | 四日市市 |
|-----|------|-----|------|

| | |
|-------|--------------------------------|
| 地場産物名 | 米 牛乳 さば 小松菜 干しいたけ 油揚げ 削節 豆腐 ねぎ |
|-------|--------------------------------|



| 献立名 | 食品名 | 1人当たり分量(g) | 産地名 |
|-------|--------|------------|------|
| 三重さば丼 | 米 | 75 | 四日市市 |
| | 麦 | 3.8 | |
| | さばほぐし身 | 35 | 三重県 |
| | しょうが | 0.5 | |
| | 油 | 1 | |
| | 酒 | 2 | |
| | さとう | 1 | |
| | みりん | 2 | |
| | しょうゆ | 1 | |
| | 白ごま | 1 | |
| | 凍結全卵 | 25 | |
| | 塩 | 0.02 | |
| | 油 | 0.5 | |
| | 小松菜 | 25 | 三重県 |
| 塩 | 少々 | | |
| 牛乳 | 牛乳 | 206 | 三重県 |
| すまし汁 | 大根 | 20 | |
| | にんじん | 7 | |
| | 干しいたけ | 0.2 | 三重県 |
| | 油揚げ | 3 | 三重県 |
| | 削節 | 2 | 三重県 |
| | 淡口しょうゆ | 5 | |
| | みりん | 1 | |
| | 塩 | 0.1 | |
| 木綿豆腐 | 20 | 三重県 | |
| 青ねぎ | 5 | 四日市市 | |

献立のポイント(地場産物の説明等)

三重さば丼には、三重県産のごまさばを加圧処理し、骨まで食べられるように加工されたものを使用しています。フレーク状になっているので、魚が苦手な子どもたちにも食べやすい献立です。さばほぐし身の他に、卵や三重県産の小松菜を合わせて、彩りよく仕上げました。

すまし汁には、年間を通じて使用できる干しいたけや、県内産大豆で作られた豆腐や油揚げ、市内の生産者が水耕栽培しているねぎを使用しました。