

「みえ地物一番給食の日」給食メニュー

学校名	三重県立度会特別支援学校
-----	--------------

地場産物名	米、牛乳、モロヘイヤ、油揚げ、かぼちゃ、大豆			
	献立名	食品名	1人当たり分量(g)	産地名
	米飯	米 麦	50 2	三重県
牛乳	牛乳	206	三重県	
さわらのかば焼き風	さわら	40		
	おろししょうが	1		
	料理酒	3		
	でんぷん1k	7		
	揚げ油	4		
	三温糖	3		
	こいくちしょうゆ	5		
	本みりん	2		
	料理酒	0.7		
	水	5		
献立のポイント(地場産物の説明等)	モロヘイヤのレモン和え	モロヘイヤ もやし にんじん ツナフレーク レモン こいくちしょうゆ 三温糖	20 22 5 6 1.2 2 1	三重県 三重県
	盆汁	なす	15	
		油揚げ	5	三重県
		かぼちゃ	20	三重県
		ささがきごぼう	10	
		大豆ドライパック	6	三重県
		水	150	
		かねまごだしパック	2	
	あわせみそ	10		

盆汁は夏野菜を使った味噌汁で、お盆の時期に食べる三重県の郷土料理です。本校の児童生徒は、志摩や鳥羽、伊勢、松阪など各方面から通学しています。地域によっては、家庭で食べていない場合もありますが、三重県の郷土料理として紹介しました。

今回の盆汁には、かぼちゃ、なす、ごぼう、大豆、油揚げが入っています。枝豆を入れている家庭もあるようで、中に入れる食材について、話題になっていました。

モロヘイヤのレモン和えは、モロヘイヤ、もやし、にんじん、ツナをレモン果汁で和えてあります。レモン果汁を使用したことで、さっぱりとした仕上がりになっています。モロヘイヤ独特のねばりを好む児童生徒も多いようです。