

(様式1)

「みえ地物一番給食の日」給食メニュー

学校名	桑名市立城南小学校	市町名	桑名市
-----	-----------	-----	-----

地場産物名	米、牛乳、なす、ひきわり大豆
-------	----------------



献立のポイント(地場産物の説明等)
三重県で採れたなすを使った「マーボーなす」です。噛み応えのあるひきわり大豆を豚ひき肉にみたてて使いました。大きめに切ったなすには甘みがあり、ボリューム満点の献立です。

献立名	食品名	1人当たり分量(g)	産地名
米飯	米	90	三重県桑名市
牛乳	牛乳	206	三重県
マーボーなす	豚ひき肉	20	
	にんにくパウダー	0.03	
	しょうがパウダー	0.03	
	酒	1	
	炒め油	1.5	
	ひきわり大豆	10	三重県
	たまねぎ	35	
	にんじん	20	
	干しいたけ	0.5	
	なす	50	三重県
	ねぎ	5	
	豆みそ	6	
	砂糖	2	
	鶏だし	0.6	
	しょうゆ	2	
	オイスターソース	1	
	トウバンジャン	0.1	
	塩	0.1	
	こしょう	0.01	
	でんぷん	1	
	ごま油	0.3	
春雨サラダ	春雨	7	
	鶏肉ほぐし	5	
	もやし	20	
	きゅうり	10	
	中華ドレッシング	6	