

地場産物名

米、牛乳、大根、里芋、いわし、みかん



献立のポイント(地場産物の説明等)

できるだけ三重県産の食品を使った献立を考えました。季節の野菜を使用することで、三重県産の野菜が使用できます。

献立名	食品名	1人当たり分量(g)	産地名
ごはん	米	73.5	三重県
牛乳	牛乳	206	大内山
みそ煮込みおでん	大根	55	三重県
	里芋	20	三重県
	にんじん	20	
	こんにゃく	10	
	うずら卵	20	
	ミニがんも	10	
	ちくわ	15	
	削り節	3	
	昆布	0.5	
	水		
	砂糖	2	
	みりん	1	
	赤みそ	5	
いわしの唐揚げ	いわしドレス	40	三重県
	片栗粉	4	
	揚げ油	4	
	しょうゆ	4	
	砂糖	2	
	みりん	0.5	
	酒	0.5	
白いりごま	1		
みかん	みかん	60	三重県