

地場産物名

米、牛乳、豚肉、もやし、わかめ



献立のポイント(地場産物の説明等)

子どもたちに一番人気のビビンバの献立です。
「豆腐とわかめのスープ」に三重県産のわかめを使用しました。
やわらかくておいしいわかめと好評です。

献立名	食品名	1人当たり分量(g)	産地名
ビビンバ	米	70	三重県
	麦	3.5	
	しょうが	1	
	にんにく	0.6	
	ごま油	1	
	豚肉	40	三重県
	さとう	2	
	みりん	1	
	しょうゆ	4	
	ごま	1	
	にんじん	12	
	ほうれんそう	20	
	もやし	20	三重県
	たまご	20	
	塩	0.03	
	みそ	9	
	さとう	6	
	みりん	2.4	
	トウバンジャン	0.3	
水	5		
牛乳	牛乳	206	三重県
豆腐とわかめの スープ	豆腐	40	
	わかめ	0.6	三重県
	コンソメ	0.5	
	がらスープ	0.7	
	うすくちしょうゆ	1	

	塩	0.3	
	こしょう	0.01	
	ねぎ	5	
	水	150	