

地場産物名	米、牛肉、ほうれんそう、だいこん、みそ、卵、牛乳、みかん、たまねぎ			
	献立名	食品名	1人当たり分量(g)	産地名
	ビビンバ	米		80
牛肉		30	熊野市紀和町	
にんにく		0.2		
酒		2		
しょうゆ		3		
砂糖		1.5		
ほうれんそう		20	熊野市	
だいこん		20	熊野市	
にんじん		10		
もやし		30		
みそ		2.5	紀北町	
しょうゆ		4		
みりん		1		
砂糖		2.5		
ごま		2		
サラダ油		1		
卵		10	御浜町	
塩		0.03		
砂糖		0.3		
牛乳	牛乳		206	大内山村
くだもの	みかん		70	熊野市
白菜と豚肉の スープ	白菜		30	
	たまねぎ		20	三重県
	豚肉		10	
	塩		1	
	こしょう		0.02	
	しょうゆ		0.5	
	酒		1	
	だし昆布		1	
	水		150	

献立のポイント(地場産物の説明等)

旬の野菜がたくさん取れて、子どもたちが大好きなビビンバにしました。
 牛肉は熊野市紀和町で飼育されているものです。
 熊野の特産物のみかんをつけました。早生ミカンが出荷の最盛期を迎えました。かぜのはやる季節にビタミンCがたっぷり含まれるみかんをつけました。

地場産物名	米、豚ミンチ、ミニトマト、鶏もも肉、大根、ねぎ			
	献立名	食品名	1人当たり分量(g)	産地名
献立のポイント(地場産物の説明等)	ごはん	米	80	三重県
<p>金山ギョーザは、津ギョーザの金山版です。大判の皮でつつんだギョーザを油で揚げたものです。</p>	金山ギョーザ	豚ミンチ	25	三重県
		濃口しょうゆ	0.25	
		玉ねぎ	18	
		にら	4	
		にんにく	0.1	
		しょうが	0.1	
		塩	0.25	
		濃口しょうゆ	1	
		こしょう	0.01	
		ごま油	1	
		ぎょうざの皮	20	
		揚げ油	5	
		ミニトマト	ミニトマト	30
	のっぺい汁	削り節	1	
		鶏もも肉	8	
		濃口しょうゆ	0.5	
		しょうが	0.3	
酒		0.5		
にんじん		5		
大根		20	三重県	
つきこんにゃく		10		
濃口しょうゆ		1		
さといも		10		
厚揚げ		25		
塩		0.9		
片栗粉	1.5			
ねぎ	3	三重県		