

地場産物名

米粉パン、牛乳、乾燥大豆、豚肉、きゅうり



献立のポイント(地場産物の説明等)

野菜はなかなか三重県産でそろいませんが、できるだけ三重県産の食材を使用した献立を考えました。

献立名	食品名	1人当たり分量(g)	産地名
米粉パン	米粉パン	55	三重県
牛乳	牛乳	206	三重県
ポークビーンズ	乾燥大豆	20	三重県
	豚肉	25	三重県
	油	0.5	
	たまねぎ	45	
	にんじん	25	
	コンソメ	1	
	トマトピューレ	5	
	ケチャップ	4	
	ウスターソース	3	
	さとう	1	
	ごぼうサラダ	ごぼう	15
さとう		0.3	
しょうゆ		0.8	
みりん		0.5	
ちくわ		5	
きゅうり		20	三重県
マヨネーズハーフ		7	
白すりごま		1	