

地場産物名	米、牛乳、いわし、たけのこ、大根、白菜、油揚げ、葉ねぎ、あおさ				
	献立名	食品名	1人当たり分量(g)	産地名	
	ご飯	米	85	三重県	
		麦	5		
	牛乳	牛乳	206	三重県	
	いわしの梅煮	いわし	60	三重県	
		生姜	3		
		ねり梅	3.5		
		砂糖	2		
		しょうゆ	3		
		酒	4		
		みりん	2.5		
		水	5		
	<p data-bbox="268 715 761 746">献立のポイント(地場産物の説明等)</p> <p data-bbox="168 782 862 869">和食の中でも子どもたちが好きなきんぴらにしました。普段摂取不足になりがちな海藻を取り入れました。そうすることで、全体に噛みごたえのあるきんぴらになりました。</p> <p data-bbox="168 869 862 917">いわしは臭みをとるために梅煮にしました。また、骨ごと食べられるいわしを選びました。</p> <p data-bbox="168 917 862 1029">全国で1番の生産量をほこるあおさを取り入れることで、三重県産の地場産物に慣れ親しんでもらえるようにしました。また、地場産の野菜を取り入れるように業者と交渉を続けた結果、みそ汁に使用した野菜をすべて三重県産でまかなうことができました。</p>	五目きんぴら	にんじん	10	
ごぼう			25		
たけのこ			8	三重県	
つきこんにやく			8		
茎わかめ			1		
しょうゆ			3		
砂糖			2		
みりん			1.5		
ごま			0.5		
ごま油			1		
あおさのみそ汁			大根	18	三重県
			白菜	22	三重県
			油揚げ	3	三重県
			赤みそ	8	
			葉ねぎ	3	三重県
			あおさ	0.5	三重県
			煮干粉	1.5	
			水	150	