

地場産物名	米、大麦、ひじき、生椎茸、たまご、ほうれんそう、			
	献立名	食品名	1人当たり分量(g)	産地名
	鶏肉とひじきの 混ぜごはん	精米(強化米)	50	三重県
		おおむぎ(米粒麦)	3	三重県
		油	1	
		鶏肉	30	
		ひじき	2.21	伊勢市
		にんじん	10	
		うすくちしょうゆ	2	
		こいくちしょうゆ	2	
		本みりん	3	
		料理酒	0.3	
水		34		
献立のポイント(地場産物の説明等)	牛乳	牛乳	206	
<p>しいたけは、いつも度会のを給食に取り入れています。今回は度会のしいたけが入ったかき玉汁にしました。ほうれんそうも、三重県産のものを納品していただくことができ、今日の献立はそれぞれに三重県のものを使うことができました。ひじきとほうれん草、鉄分たっぷりの献立になりました。</p>	かき玉汁	木綿豆腐	25	
		生椎茸	5	度会町
		たまご	14.46	三重県
		うすくちしょうゆ	4	
		食塩	0.2	
		料理酒	1.5	
		水	150	
	パウミー	0.5		
	ほうれん草の ピーナッツ和え	ほうれんそう	25	三重県
		もやし	20	
		にんじん	5	
		ピーナツ粉状	1.63	
		うすくちしょうゆ	2	
		こいくちしょうゆ	2	
三温糖		3.5		