

地場産物名

米 牛乳 ひじき 卵 きくらげ

(紀宝町)



献立のポイント(地場産物の説明等)

紀宝町の学校給食で使われているひじきは伊勢志摩地方で採れたものです。海藻類は食物繊維が多く、積極的にとりたい食品の一つですがひじきが苦手な子どもも時々います。その中でも、ひじきごはんは食べやすい献立で残りも少なかったように思います。

献立名	食品名	1人当たり分量(g)	産地名
ひじきごはん	米	70	紀宝町
	薄口しょうゆ	4	
	酒	1	
	塩	0.15	
	油	1	
	鶏肉	20	
	ひじき	1.4	三重県
	人参	5	
	油揚げ	5	
	砂糖	1.2	
	濃口しょう油	2.8	
	牛乳	牛乳	206
切干大根サラダ	切干大根	3	
	人参	5	
	きゅうり	10	
	ちくわ	8	
	サラダ油	2	
	濃口しょう油	3	
	砂糖	0.5	
	酢	1	
	いりごま	1.4	
	中華風コーンスープ	昆布だし	1
鶏もも肉	5		
玉ねぎ	20		
クリームコーン	40		
生きくらげ	3	紀宝町	
酒	0.5		
塩	0.8		
薄口しょうゆ	0.5		
片栗粉	1.2		
水	3		
卵	20	三重県	
ねぎ	5		