

地場産物名

米、牛乳、さわら、小麦粉、きゅうり、こんぶ、豚肉、もやし、たまご (御浜町)



献立のポイント(地場産物の説明等)

さわらは、地元阿田和大敷で獲れる魚です。紀宝町鵜殿漁港に水揚げされます。地元の業者がすぐに切り身にして冷凍保存をしてくれるため、新鮮なものを給食に提供することができます。白身の魚で調理しやすく和風、洋風どんな味付けにもよく合います。子どもの好きなカレー味にすることで、魚嫌いの子どもも「これなら好き」と言って残さず食べています。

きゅうりは熊野市で栽培されています。ハウス栽培で1年中新鮮なものが供給されますが、旬の夏場は値段も安いいため、きゅうりをメインにしたサラダや酢の物、ごましょうゆあえなどの料理にします。

献立名	食品名	1人当たり分量(g)	産地名
ごはん	米	80	御浜町
牛乳	牛乳	206	三重県
さわらの カレームニエル	さわら	60	御浜町
	酒	2	
	塩	0.3	
	小麦粉	4	三重県
	カレー粉	0.3	
	サラダ油	3	
	コーンサラダ	ハム	5
	コーン	13	
	きゅうり	40	熊野市
	マヨネーズ	5	
	塩	0.1	
	コショウ	0.01	
春雨スープ	水	110	
	こんぶ	0.5	三重県
	ベーコン	2	
	豚肉	5	三重県
	しょうが	0.1	
	たまねぎ	10	
	人参	5	
	もやし	10	三重県
	塩	0.7	
	コショウ	0.03	
	春雨	3.5	
	たまご	15	御浜町
	ねぎ	5	
	しょうゆ	0.8	
片栗粉	1		