

地場産物名

米、生しいたけ、油揚げ、豚肉、押し豆腐、鶏卵、キャベツ

(伊賀市)



献立のポイント(地場産物の説明等)

ツナの炊き込みご飯の米は、伊賀米コシヒカリを使用しています。また、具の生しいたけや油揚げも伊賀市産のものを使っています。五目炒り豆腐は、豚肉に三重県産、押し豆腐と鶏卵に伊賀市産のものを使っています。押し豆腐には、伊賀産大豆が使われています。本日の献立は、地場産率69%の献立です。

献立名	食品名	1人当たり分量(g)	産地名
ツナの炊き込みご飯	米	90	伊賀市
	麦	5	
	水	104	
	こいくちしょうゆ	7	
	酒	1	
	和風だしの素	1	
	ライトツナ油漬	10	
	人参	10	
	生しいたけ	7	伊賀市
	ごぼう	5	
	油揚げ	5	伊賀市
牛乳	牛乳	206	
五目炒り豆腐	油	1	
	豚肉	20	三重県
	酒	1	
	しめじ	8	
	押し豆腐	60	伊賀市
	人参	20	
	たけのこ	15	
	ねぎ	5	
	鶏卵	50	伊賀市
	塩	0.25	
	こしょう	0.03	
	さとう	1.4	
	うすくちしょうゆ	3.5	
	ごま油	0.5	
アスパラとマカロニのサラダ	ロースハム	6	
	キャベツ	20	伊賀市
	アスパラガス	15	
	マカロニ	10	
	マヨネーズ	8	
	サラダビネガー	0.5	
	さとう	0.3	
	塩	0.2	
	こしょう	0.02	