

地場産物名

牛乳、米、鶏肉、キャベツ、にんじん、たまご、しいたけ、みそ

(西日野にじ学園)



献立のポイント(地場産物の説明等)

鶏肉や野菜など、三重県産のものをある程度使用することができました。みそ炒めは以前に給食で出した時に好評だったメニューで、ご飯がすすむ味付けです。

献立名	食品名	1人当たり分量(g)	産地名
牛乳	牛乳	206	三重県
ごはん	米	90	三重県
	麦	5	
鶏肉と野菜のみそ炒め	鶏もも肉	60	三重県
	キャベツ	50	三重県
	玉ねぎ	35	
	にんじん	15	三重県
	しょうが	0.5	
	にんにく	0.3	
	豆みそ	4	三重県
	みりん	3	
	酒	3	
	濃い口しょうゆ	2.5	
	ごま油	0.5	
もやしの磯香和え	ほうれん草	20	
	もやし	50	
	にんじん	8	三重県
	濃い口しょうゆ	3	
	三温糖	1	
	酢	1	
	焼きのり	0.3	
たまごとわかめのスープ	たまご	20	三重県
	カットわかめ	1	
	ごま	1	
	中華だし	2	
	薄口しょうゆ	2	
	しいたけ	5	三重県