

地場産物名 米 牛乳 さば 米粉 水耕ねぎ にんじん 油揚げ エリンギ 削節 白菜 小松菜 (四日市市)



献立名	食品名	1人当たり分量(g)	産地名
米飯	米	75	四日市市
	麦	3.8	
牛乳	牛乳	206	三重県
三重さばのねぎあんかけ	さばカットスチーム	40	三重県
	酒	1	
	しょうゆ	1	
	しょうが	1	
	米粉	5	三重県
	片栗粉	5	
	油	3	
	しょうゆ	6	
	みりん	6	
	さとう	4	
	酢	3	
	水耕ねぎ	5	三重県
	片栗粉	0.5	
白菜炊き	鶏むね肉	5	
	にんじん	10	四日市市
	油揚げ	3	三重県
	エリンギ	10	三重県
	削節	3	三重県
	さとう	1	
	みりん	2	
	しょうゆ	5	
	白菜	100	四日市市
	小松菜	10	三重県

献立のポイント(地場産物の説明等)

三重県学校給食会の開発食材であるさばカットスチームを使って、三重県産のねぎを入れたあんかけにしました。食物アレルギー対応も兼ねて、さばにまぶす粉には三重県産の米粉を使用しています。また、この時期には地元でとれる冬野菜が入手できるので、にんじんやエリンギ、白菜、小松菜、三重県産大豆で作られた油揚げなどを使った白菜炊きをとり入れました。