

「みえ地物一番給食の日」給食メニュー

学校名	杉の子特別支援学校
-----	-----------

地場産物名	米、牛乳、小松菜、もやし、大根、ねぎ、豚肉、米粉
-------	--------------------------



献立名	食品名	1人当たり分量(g)	産地名	
米飯	米	85	三重県	
牛乳	牛乳	206	三重県	
さわらの照り焼き	さわら	60		
	しょうが	0.3		
	酒	3.4		
	みりん	3.4		
	こいくちしょうゆ	5.1		
	小松菜のみそ和え	小松菜	40	鈴鹿市
もやし		30	三重県	
にんじん		10		
みそ		4		
こいくちしょうゆ		1		
さとう		2		
みりん		2		
ごま		0.5		
米粉のすいとん汁		大根	20	三重県
		ごぼう	20	
	ねぎ	8	三重県	
	豚肉	8	三重県	
	和風だし	0.8		
	米粉	13	三重県	
	こいくちしょうゆ	2.5		
	うすくちしょうゆ	2.5		
	みりん	1		
	塩	0.1		

献立のポイント(地場産物の説明等)

三重県産の野菜類や米粉を使用した。米粉は、すいとんにして、ボリュームが出るようにした。