

地場産物名

米、豚小間肉、たけのこ、しいたけ、牛乳、きゅうり



献立のポイント(地場産物の説明等)

中華丼には、いなべ市でとれたこしひかりのお米を使用しています。
 その他にも、三重県でとれた豚肉やたけのこ、しいたけが入っていて、色んな食材をとることができます。今回は子供たちも食べやすい丼ぶりにしてみました。
 また、カニカマサラダには三重県産のきゅうりを使用しています。普段、食数が多くて1つの食材を全部地物にすることが出来ないため、地物食材と国内産の両方を使用していますが、今回の地物に関しては、すべて地物で賅うことができました。

献立名	食品名	1人当たり分量(g)	産地名
中華丼	米	62	いなべ市
	大麦	7	
	アルファ米	0.21	
	豚小間肉	17	三重県
	酒	1	
	おろししょうが	0.4	
	おろしにんにく	0.4	
	たまねぎ	60	
	にんじん	10	
	たけのこ	10	三重県
	白菜	25	
	えび	10	
	いか	10	
	うずら卵	15	
	生しいたけ	3.5	三重県
	サラダ油	0.4	
	中華だし	1.24	
	鶏がらだし	1	
	オイスターソース	1	
	こいくちしょうゆ	3.9	
	本みりん	1	
	片栗粉	3.36	
	ごま油	0.36	
食塩	0.01		
こしょう	0.01		
牛乳	牛乳	206	三重県
カニカマサラダ	キャベツ	35	
	きゅうり	5	三重県
	コーン	5	
	カニカマ	7	
	穀物酢	1.1	
	さとう	1.1	
	うすくちしょうゆ	0.9	
	食塩	0.01	
	こしょう	0.01	
	サラダ油	0.5	
	レモン汁	0.53	
りんごゼリー	りんごゼリー	80	