

地場産物名

たまご、みかん



献立のポイント(地場産物の説明等)

南伊勢町南勢地区は、みかんの産地で10～2月初旬まで選果場より直で届けていただきます。「マルゴみかん」としてブランド品になっていて有名です。

献立名	食品名	1人当たり分量(g)	産地名
黒糖パン	黒糖パン	80	
牛乳	牛乳	206	三重県
豆腐ナゲット	木綿豆腐	72	
	豚挽肉	18	
	たまねぎ	12	
	にんじん	6	
	ひじき	0.6	三重県
	ねぎ	2.4	伊勢市
	たまご	6	南伊勢町
	かたくり粉	5.4	
	アーモンドパウダー	2.4	
	食塩	0.48	
	こしょう	0.02	
	油	4.8	
	トマトケチャップ	15.6	
	小松菜サラダ	こまつな	24
きゅうり		12	
キャベツ		24	
ツナ缶		12	
油		2.4	
酢		1.2	
上白糖		1.08	
ポッカレモン		1.2	
食塩		0.36	
こしょう		0.02	
洋からし		0.12	
こいくちしょうゆ	1.2		
みかん	みかん	60	南伊勢町