

地場産物名 米、牛乳、鶏肉、ゆず、はたけしめじ、ほうれん草、まこもたけ、大根、白菜、ねぎ、油あげ



献立のポイント(地場産物の説明等)

この日の給食は冬至に近いことから、「冬至メニュー」でもありました。そのため、かぼちゃとゆずを使ったメニューを主菜に取り入れました。かたくり粉をまぶしたかぼちゃを揚げ、鶏ひき肉のあんこにゆずの皮としぼり汁を入れることで、さっぱりとした味と香りを楽しむことができます。

はたけしめじのひじきあえには、桑名産のはたけしめじと三重県産のほうれん草を使用し、こどもたちが不足しがちな海そうや種実類と一緒に和えました。はたけしめじを栽培しているきのこ農園には、本校の生徒が実習でお世話になっているため、自分たちが栽培のお手伝いをしたはたけしめじを他の生徒と一緒に食べながら実習中の様子などを説明している様子も見受けられました。

まこもたけのみそ汁には、菰野町の特産品のまこもたけを使用したほか、三重県産の野菜を豊富に取り入れたみそ汁にしました。

| 献立名 | 食品名 | 1人当たり分量(g) | 産地名 |
|--------------------|----------|------------|-----|
| ごはん | 米 | 85 | 三重県 |
| | 麦 | 5 | |
| 牛乳 | 牛乳 | 206 | 三重県 |
| かぼちゃのゆず そぼろあんかけ | かぼちゃ | 80 | |
| | かたくり粉 | 7 | |
| | 油 | 3 | |
| | 生姜 | 0.5 | |
| | ゆず | 1 | 三重県 |
| | 三温糖 | 1 | |
| | こいくちしょうゆ | 3.5 | |
| | みりん | 2 | |
| | 酒 | 2 | |
| | 鶏ひき肉 | 20 | 三重県 |
| | にんじん | 10 | |
| | さやいんげん | 12 | |
| | 塩 | 0.01 | |
| | かたくり粉 | 1.5 | |
| 水 | 30 | | |
| はたけしめじの ひじきあえ | 鉄入りごまひじき | 10 | |
| | ほうれん草 | 45 | 三重県 |
| | はたけしめじ | 20 | 桑名市 |
| | 塩 | 0.05 | |
| まこもと油あげの みそ汁 | ごぼう | 6 | |
| | 大根 | 22 | 三重県 |
| | 油あげ | 5 | 三重県 |
| | まこもたけ水煮 | 15 | 菰野町 |
| | 白菜 | 35 | 三重県 |
| | ねぎ | 6 | 三重県 |
| | 赤みそ | 5 | |
| | 白みそ | 5 | |
| | いりこだし | 2.5 | |
| | こんぶ | 1 | |
| 水 | 150 | | |