

地場産物名

牛肉ずし、牛乳、お吸い物、みかんヨーグルト

(大紀町)



献立のポイント(地場産物の説明等)

大紀町にて11月～1月のみ栽培されている「おでん大根」を使いました。農薬・化学肥料を低減した栽培方法で、下ゆでをしなくても、味がしみやすく煮崩れしにくいことが特徴です。おでんはもちろん、煮物にも最適であり、この日は、汁物にいただきました。

献立名	食品名	1人当たり分量(g)	産地名
牛肉ずし	米	70	大紀町
	だし昆布	1	
	酒	2	
	酢	10	
	三温糖	8	
	食塩	1	
	牛肉	30	
	ごぼう	20	
	にんじん	12	
	三温糖	3	
	食塩	0.3	
	しょうゆ	3	
	酒	1	
いんげん	6		
ごま	2		
牛乳	牛乳	200	大紀町
お吸い物	にんじん	10	
	大根	30	大紀町
	干しいたけ	0.5	
	みつば	0.8	三重県
	うすくちしょうゆ	3	
	みりん	1	
	食塩	0.2	
	だし昆布	2	
	ごま油	1	
みかんヨーグルト	みかん缶	40	
	ヨーグルト	40	大紀町