

地場産物名

米, 牛乳, 豚肉, 鶏卵, 大根, 小松菜, キャベツ, 白ねぎ, 豆腐, あおさ (鈴鹿市)



献立のポイント(地場産物の説明等)

米は、鈴鹿市産コシヒカリ100%を使用しています。秋から冬にかけて旬を迎える赤かぶを使った、季節を感じる混ぜごはんです。  
 牛乳は、三重県産生乳100%で、鈴鹿市産の原乳も含まれます。  
 鈴鹿おろしバーグは、鈴鹿市産の豚肉や鶏卵を使ったハンバーグに、鈴鹿市で多く生産されている大根を使ったおろしソースを合わせています。鈴鹿の恵みを感じられ、生徒にも好まれるメニューです。  
 小松菜のごまあえには、三重県産の小松菜、鈴鹿市産のキャベツを使用しています。  
 あおさ汁には、三重県が生産量日本一を誇るあおさや、鈴鹿市産の白ねぎ、鈴鹿市産大豆で製造された豆腐を使用し、地元の海の恵みや畑の恵みを味わえる汁物になっています。

献立名	食品名	1人当たり分量(g)	産地名
赤かぶごはん	米	100	鈴鹿市
	強化米	0.3	
	赤かぶごはんの素	4.4	
飲用牛乳	牛乳	206	三重県
鈴鹿おろしバーグ	豚ひき肉	50	鈴鹿市
	食塩	0.2	
	こしょう	0.05	
	ガーリックパウダー	0.05	
	ナツメグ	0.03	
	酒	0.5	
	鶏卵	5	鈴鹿市
	玉ねぎ	30	
	パン粉	6	
	大根	45	鈴鹿市
	上白糖	3	
	こいくちしょうゆ	4.5	
	みりん	1	
かつお節	0.5		
小松菜のごまあえ	小松菜	20	三重県
	にんじん	10	
	キャベツ	10	鈴鹿市
	うすくちしょうゆ	2.5	
	上白糖	1	
	すりごま	2	
あおさ汁	玉ねぎ	40	
	えのきたけ	10	
	白ねぎ	10	鈴鹿市
	豆腐	20	鈴鹿市
	ちらしかまぼこ(もみじ)	8	
	あおさ	0.7	三重県
	うすくちしょうゆ	6.5	
	削り節	2	
水	120		