

「みえ地物一番給食の日」給食メニュー

学校名	西日野にじ学園
-----	---------

地場産物名 米・ひじき・ねぎ・卵



献立のポイント(地場産物の説明等)

三重県産の「伊勢ひじき」をたっぷり使用しました。煮物などではなかなか人気のないひじきですが、中華風のピリツとした味付けにすることで食欲をそそるようです。まろやかなコーンクリームの入ったスープとの組み合わせも絶妙で本校で人気のメニューです。

献立名	食品名	1人当たり分量(g)	産地名
牛乳			
ひじき入り中華そぼろ丼	米	90	三重県
	豚ミンチ	25	
	にんじん	30	
	ひじき	5	三重県
	干しいたけ	1.5	
	ねぎ	5	三重県
	ごま油	1.5	
	しょうが	0.7	
	にんにく	0.3	
	さとう	4.8	
	豆板醤	0.25	
	しょうゆ	4.8	
	みそ	3.6	
	オイスターソース	1.2	
	塩	0.12	
中華コーンスープ	ベーコン	4	
	にんじん	15	
	クリームコーン	30	
	もやし	25	
	玉ねぎ	15	
	卵	20	三重県
	チンゲンサイ	5	
	うすくちしょうゆ	0.8	
	コンソメ	0.5	
	中華だし	0.7	
	片栗粉	2	
さくらんぼゼリー	さくらんぼゼリー	50	