

「みえ地物一番給食の日」給食メニュー

学校名	東紀州くろしお学園
-----	-----------

地場産物名	米・牛乳・鶏肉・新姫ポン酢・紀和みそ・赤味噌・白味噌
-------	----------------------------



献立のポイント(地場産物の説明等)

熊野市の特産品である「新姫(柑橘類)」は年間の収穫量が18トンで、その全てが熊野市で生産されています。(2010年資料)
 独特な香りがあり、その新姫を使用したポン酢は特産品としてもとても人気です。その「新姫ポン酢」を使用し、冬野菜である大根やにんじんを取り入れたあっさりとしたサラダにしました。
 また、熊野市紀和町で作られている「紀和みそ」は、普段使用しているみそよりも甘みがあり、優しい味わいになるのが特徴です。

献立名	食品名	1人当たり分量(g)	産地名
麦ごはん(減量)	精白米	76	三重県
	押麦	4	
牛乳	牛乳	206	三重県
	鶏もも肉	75	三重県
ヤンニョムチキン	にんにく(おろし)	0.5	
	しょうが(おろし)	0.5	
	片栗粉	7	
	揚げ油	5	
	オリーブ油	3	
	三温糖	0.3	
	濃口しょうゆ	0.25	
	赤味噌	0.2	紀北町
	白味噌	0.7	紀北町
	トウバンジャン	0.06	
	トマトケチャップ	4.5	
	清酒	1.25	
	本みりん	1.5	
	白いりごま	1.52	
大根サラダ(新姫ポン酢)	大根	40	
	にんじん	10	
	キャベツ	10	
	新姫ポン酢	4.57	熊野市
紀和のみそ汁	水	140	
	出汁用削り節	4.5	
	にんじん	15	
	玉ねぎ	20	
	もやし	20	
	紀和みそ	10	熊野市