

今日のメニュー

給食試食会資料



・ごはん・牛乳・みそ汁・鶏肉の照り焼き・根菜と豚肉のカレーきんぴら・ミニ洋梨ゼリー

* 中学校の分量です

材料名	一人分量(g)	下処理	産地等	
白飯	100		川島産	・川島産コシヒカリ100%のごはんです。
みそ汁	かつお節(だし)	2.6	静岡	<p>・だしは市販の調味料ではなく、かつお節からとり、自然な味に仕上げています。また、給食には川島工房のみそを使用しています。</p> <p>みそ汁以外にも、甘辛いみそだれや、お肉の漬焼き、炒め物などに使用させていただきます。</p>
	にんじん	13	いちょう3ミリ 埼玉	
	長ねぎ	26	3ミリ 埼玉	
	じゃがいも	39	角切り 北海道	
	乾わかめ	0.65	宮城・岩手	
	豆腐	26	さいの目 埼玉	
	埼玉県産みそ	6.5	埼玉	
	川島工房みそ	6.5	川島町	
鶏肉の照り焼き	鶏もも肉	50	鹿児島・山梨	<p>・小学生は40g、中学生は50gと大きさを変えて焼いています。</p> <p>・鶏肉に下味をつけて焼き、手づくりのタレをかけています。この他にも魚の南蛮漬けやさつま芋のキャラメルポテトなども手づくりのたれをかけたり、絡めたりして作ります。</p>
	油	1.5	輸入	
	伯方の塩	0.26	日本	
	白こしょう	0.04	輸入	
	赤ワイン	1.3	輸入	
	砂糖	2.6	輸入	
	しょうゆ	3.9	笛木しょうゆ	
	本みりん	1.3	日本	
	でんぷん	0.26	北海道	
根菜と豚肉のカレーきんぴら	ごま油	0.65	輸入	<p>・れんこんは、10個も穴があいていることから『先が見える』縁起の良い食材とされています。れんこんのビタミンCは、主成分のでんぷん質で守られているため加熱しても壊れにくくなっています。不足しがちな食物繊維や鉄も豊富に含んでいるので積極的に摂取したい食材です。</p>
	油	0.65	輸入	
	にんにく	0.13	青森	
	豚小間肉	19.5	群馬	
	料理酒	0.65	日本	
	にんじん	6.5	いちょう3ミリ 埼玉	
	れんこん	10.4	いちょう3ミリ 茨城	
	ごぼう	10.4	ささがき 青森	
	こんにゃく	13	角切り 日本	
	砂糖	1.56	輸入	
	しょうゆ	3.12	笛木しょうゆ	
	カレー粉	0.13	輸入	
	ミニ洋梨ゼリー	2個		

