

三重県で漁獲された「真鯛」を頭・内蔵・骨はもちらんのこと、皮まで取り除いた「落し身」を、つなぎに卵・小麦粉を使わず米粉を使用した小型サイズの魚ハンバーグです。

学校給食用

鯛

み
ま
る
み
じ
び
り
ぐ



公益財団法人 三重県学校給食会

〒514-0004 三重県津市栄町1丁目891 三重県合同ビル 3F TEL.059-225-0949



10 個入り

40 個入り



1 個 25g

特徴

- ・まあじを 80%以上使用し、素材を生かした本格的な魚ハンバーグです。
- ・生姜とネギで青魚特有の魚臭さを抑えており、冷めても臭みが少ないです。
- ・薄めの醤油ベースで味付けをしましたので、タレなどをかけたりして、いろいろな味を付加できます。
- ・1 個 25g の大きさになっており、学年によって付ける個数を変えることができます。
- ・1 袋(冷凍)「25g×10 個」と「25g×40 個」の 2 規格を設け、扱いやすくしました。
- ・冷凍のまま焼いたり揚げたり使用してください。崩れる恐れがあります。

栄養価	100g 当り
エネルギー (Kcal)	149
たんぱく質 (g)	16.9
脂質 (g)	6.0
カルシウム (mg)	19
マグネシウム (mg)	33.4
鉄 (mg)	0.7
亜鉛 (mg)	0.59
レチノール当量 (μg)	1
ビタミンB1(mg)	0.12
ビタミンB2(mg)	0.14
ビタミンC(mg)	検出せず
食物繊維 (g)	0.4
食塩相当量 (g)	0.67

冷凍食品	みえのまあじバーグ
名 称	冷凍フィッシュハンバーグ(あじ)
原 材 料 名	あじ(三重県)、米粉、ねぎ、調味料[醤油(大豆(遺伝子組換えでない)、小麦を含む)、砂糖、みりん、生姜、食塩、アルコール]、なたね油(遺伝子組換えでない)
内 容 量	25g×10個・25g×40個
賞 味 期 限	6ヶ月
保 存 方 法	-18℃以下で保存して下さい。
凍結前加熱の有無	加熱してありません。
加熱調理の必要性	加熱してお召し上がり下さい。
製 造 者	三重県漁業協同組合連合会 中央冷凍工場 三重県松阪市市場庄町1357-4

料 理 名	まあじバーグの甘酢あんかけ	
食 品 名	1 人 当り 分 量 (g)	調 理 法
みえのまあじバーグ	2個 50	<p>① にんにくはみじん切り、にんじんはせん切り、たまねぎは薄切りにする。</p> <p>② 油を熱し、にんにくを炒め、にんじん・たまねぎを加えて炒める。</p> <p>③ ②にAを加え、水溶き片栗粉でとろみをつける。</p> <p>④ まあじバーグを180°Cのオーブンで15分～18分焼く。</p> <p>⑤ ④に③のタレをかけて仕上げる。</p>
にんにく	0.3	
にんじん	5	
たまねぎ	20	
油	0.5	
しょうゆ	3	
酢	1	
三温糖	A	
トマトケチャップ	1.5	
水	5	
片栗粉	0.5	
水	1	

調理上の工夫等

- まあじバーグをこがさないように焼く。油で素揚げしてもよい。