

【4月16日から5月15日までに使用した主な給食食材の産地】
学校給食で使用した主な食材の産地をお知らせします。

野菜・きのこ・豆・果物類

品名	産地
えのきたけ	宮崎
キャベツ	福岡、鹿児島他
きゅうり	益田、佐賀、鹿児島
ごぼう	青森
小松菜	益田、山口、福岡
じゃがいも	長崎
大根	益田、長崎
たまねぎ	益田、佐賀
チンゲンサイ	福岡
にんじん	熊本、長崎
ねぎ	山口、福岡
ぶなしめじ	福岡
ほうれん草	益田、山口
(冷)枝豆	台湾
(冷)カリフラワー	メキシコ
(冷)キヌサヤ	グアテマラ
(冷)グリーンアスパラ	ペルー、チリ
(冷)コーン	タイ
(冷)トマト	益田
(冷)ブロッコリー	エクアドル

穀類

品名	産地
精米	益田

海藻類

品名	産地
海藻サラダ	昆布、荳わかめ：韓国
カットわかめ	韓国
もみのり	乾のり：九州産、瀬戸内海産
らくらく昆布	韓国

肉類(冷凍含む)

品名	産地
鶏肉	鹿児島
(冷)鶏肉	日本
(冷)豚肉	日本

魚介類(冷凍、レトルト含む)

品名	産地
イカ短冊	ペルー
さけ切身	北海道、三陸
さば切身	ノルウェー
ざわら切身	韓国
生干カレー	山陰沖
ホキ切身	ニュージーランド
おきえび	インド、パキスタン
メバル小口切	アメリカ

卵

品名	産地
うずら卵	愛知、静岡

加工品

品名	産地
いちごジャム	いちご：日本
いわしおおか煮	いわし：青森、北海道他
かまぼこ	たら：アメリカ他
キャベツ入平つくね	キャベツ、鶏肉：日本
クッキングアーモンド	アーモンド：アメリカ
グリーンピースペースト	ニュージーランド、アメリカ
さつまあげ	魚肉：島根、鳥取他、玉葱：日本
さば味噌煮	さば：宮城、青森他
千切大根	益田
たけのこ水煮	益田、タイ
チキンウインナー	鶏肉：日本
チキンハム	鶏肉：日本
ちくわ	魚肉：島根、鳥取他
ちりめん	広島
豆腐ハンバーグ	豆腐、鶏肉、豚肉：日本
豚肉焼売	豚肉：九州
ベーコン	豚ばら肉：スペイン他
乾しいたけ	美都
ゆず酢	美都
レモン果汁	シチリア
蓮根水煮	茨城

給食レシピ紹介



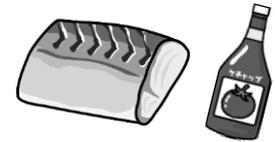
6月の献立から、23日(金)に登場する「さばのケチャップ煮」を紹介します。給食では肉料理に比べて魚料理は残りがちですが、魚は栄養価が優れているので積極的に食べてほしい食材です。今回は子どもも食べやすいようにケチャップを使った魚の煮つけを紹介します。ご家庭でもぜひチャレンジしてみてください。

【さばのケチャップ煮】

材料(小学生4人分)

- ・さば切身50g …4切
- ・ケチャップ …30g(大さじ2)
- ・ウスターソース …18g(大さじ1)
- ・三温糖 …6g(小さじ1)
- ・おろししょうが …2.5g(小さじ1/2)
- ・水 …200cc

残った煮汁に水溶きかたくり粉でとろみをつけて上からかけ、あんかけ風にしてもおいしいですよ。



A

☆作り方☆

- ① さばは洗い、水気をとっておく。
- ② Aの調味料を鍋で煮立たせ、①のさばを入れ、落とし蓋をして弱火から中火で煮る。
- ③ 煮汁が少なくなり、とろみがでてきたら完成。



きゅうり、なす、ピーマン、トマト、いんげん、グリーンピース、にんにく、新生姜、新ごぼう、アムスメロン、いか、どんちっちあじ、シイラ



【食物アレルギーを有する児童生徒の保護者様へ】

調理や食器の洗浄において「コンタミネーション(※)」を避ける事はできません。
(※コンタミネーションとは、食品を製造・調理する際に、原材料には使用していないにもかかわらず、アレルギーを引き起こす原因物質が意図せず混入してしまうことをいいます。)
食物アレルギーのことで給食に不安を感じたら、学校を通じて調理場にご相談ください。



6月おいしい益田の食べ物



春から初夏にかけて出回る、収穫されてすぐのじゃがいもを「新じゃがいも」と言います。皮が薄くみずみずしいのが特徴です。新じゃがいもはビタミン類が豊富で、特にビタミンCは果物に負けないくらい含まれています。また、じゃがいものビタミンCは熱を加えても壊れにくい特徴があるので、野菜に比べて効率よくビタミンCをとることができます。

新じゃがいもは皮ごと食べられるので、きれいに洗って皮ごと揚げ物や煮物にしてもおいしく食べられますよ。

