

【9月16日から10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
ほうれん草	益田
キャベツ	群馬
小松菜	益田
ねぎ	益田、福岡
パセリ	長野
かぼちゃ	益田
なす	益田
トマト	益田
ピーマン	益田
きゅうり	益田
トマト	益田
パプリカ	韓国
玉葱	益田
さつまいも	熊本
じゃがいも	益田
人参	北海道
しょうが	高知
もやし	岡山
エリンギ	益田
えのきたけ	大分
ぶなしめじ	福岡
たけのこ水煮	島根
れんこん水煮	茨城
ヤングコーン缶詰	タイ
トマト缶詰	イタリア
冷凍グリーンピース	ニュージーランド
冷凍コーン	タイ
冷凍キヌサヤ	グアテマラ
栗	益田
りんご	青森

海藻類

品名	産地
ワカメ	宮城、岩手
もずく	沖縄

肉類(冷凍含む)

品名	産地
鶏肉もも	日本
鶏肉ムネ	日本
豚肉もも	島根
豚肉ミンチ	島根
牛肉	島根

魚介類(冷凍、レトルト含む)

品名	産地
サンマ筒切	日本
サバ切身	日本
秋鮭	北海道
さごし切身	島根、鳥取
本紫いか	青森
むきえび	インド、パキスタン
ちりめん	カタクチイワシ他：瀬戸内海
生干カレイ	エテ・カレイ：島根
イワシドレス	島根、鳥取

穀類

品名	産地
精米	美都
マカロニ	小麦：カナダ、アメリカ
マカロニ	小麦：カナダ、アメリカ
焼きそば麺	小麦：オーストラリア、カナダ、日本

加工品

品名	産地
切干大根	益田
干しいたけ	益田
梅干し	益田
油揚げ	大豆：カナダ、アメリカ
厚揚げ	大豆：カナダ、アメリカ
木綿豆腐	大豆：アメリカ
大豆水煮	大豆：福岡
おから	大豆：北海道
かまぼこ	イトヨリ他：ベーリング海
たらこ	たい、あじ、たら：島根他
マグロ缶詰	キハダマグロ：中西部太平洋他
チキンハム	鶏肉：日本
ベーコン	豚肉：スペイン他
ポークハム	豚肉：日本
チキンウインナー	鶏肉：日本
スクールランチぎょうざ	豚肉：広島他 キヤベツ：岡山他
トマトオムレツ	卵：日本 トマト：イタリア 他
国産大豆の豆腐ハンバーグ	豆腐、鶏肉、豚肉：日本
柔らかとんかつ	豚肉：カナダ他
鶏つくね	鶏肉、玉葱：日本
包焼	玉葱、豚肉：北海道他 キャベツ：愛知他 たけのこ：鹿児島他
コーヒープリム	豆乳：日本 コーヒー豆：ブラジル
ブルーベリークレープ	豆乳：日本 ブルーベリー：カナダ

卵

品名	産地
鶏卵	益田

給食メニュー紹介

給食だより

11月の献立から、「さつまいものオレンジ煮」を紹介します。
さつまいもは、加熱すると甘くなります。その甘さと、オレンジジュースの酸味がマッチしておいしい煮物です。
オレンジジュースは、ビタミンCが豊富です。ビタミンCは、風邪予防に欠かせない栄養素なので、これからの季節にぴったりの煮物です。



【さつまいものオレンジ煮】

材料

- さつまいも …… 中1本
- オレンジジュース …… 100cc
- 三温糖 …… 大さじ1

☆ポイント☆
ゆっくり加熱することで、さつまいもの甘みがグッとアップします。
オレンジジュースは、100%のものがおすすめです。

☆ 作り方 ☆

- ①さつまいもは、少し厚めの輪切り、いちょう切り、半月切りのどれかにして、水にさらす。
- ②さつまいもを水からあげて、鍋に、材料を入れる。さつまいもが、ひたひたになるように水を入れる。(全部オレンジジュースを入れても良い。)
- ③火をつけて、煮る。さつまいもが柔らかくなり、すこしとろみと照りがついたら完成です。



11月^{がっ}においしい海^{うみ}の生き物^{いのもの}



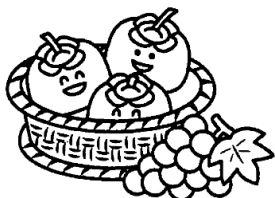
- さば
- さんま
- さわら
- はまち
- さけ
- ばとう



さばは、^{あき}秋から^{ふゆ}冬にかけて、^{もつとあぶら}最も脂が^{おい}のって美味しいといわれています。

購入する時は、^{こげ}目が^{くろ}黒く^{おお}大きいもの、^{はら}腹が^{かた}固く^{もよう}模様のきれいなもの^{えら}を選

びましょう。切り身は皮が張ってふっくらしている方が新鮮です。



【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。