

【5月16日から6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
よもぎ	益田
きゅうり	益田
ほうれん草	益田
小松菜	益田
キャベツ	益田、鹿児島
ねぎ	益田、福岡
パセリ	益田、福岡
グリーンピース	益田
ピーマン	鹿児島
パプリカ	韓国
かぼちゃ	熊本
しょうが	高知
にんにく	青森
もやし	岡山
玉葱	益田
じゃがいも	長崎
人参	長崎
ごぼう	熊本
エリンギ	益田
ぶなしめじ	福岡
えのきたけ	長野、福岡
甘夏みかん	愛媛
冷凍ブロッコリー	エクアドル
冷凍コーン	アメリカ
冷凍グリーンピース	ニュージーランド
冷凍枝豆	タイ
冷凍なめこ	なめこ
冷凍インゲン	タイ
冷凍カリフラワー	メキシコ
たけのこ缶	鹿児島、熊本、福岡、宮崎
れんこん水煮	茨城

海藻類	
品名	産地
焼きのり	九州、瀬戸内海
もずく	沖縄
こんぶ	韓国
わかめ	宮城、岩手

肉類（冷凍含む）	
品名	産地
鶏肉モモ	日本
鶏肉レバー	日本
豚肉モモ	日本

魚介類（冷凍、レトルト含む）	
品名	産地
さば切身	日本
あじドレス	島根、鳥取
かつお角切	長崎、佐賀他
子持ちシシャモ	ノルウェー、アイスランド他
いわしミンチ	日本
いか短冊	青森
さけ切身	北海道

卵	
品名	産地
鶏卵	益田
錦糸卵	島根

穀類	
品名	産地
精米	美都
ラーメン	小麦：九州
ロールパン	小麦：日本

加工品	
品名	産地
干しシイタケ	益田
切干大根	益田
茹でタケノコ	益田
厚揚げ	大豆：アメリカ
油揚げ	大豆：カナダ、アメリカ
木綿豆腐	大豆：アメリカ
高野豆腐	大豆：カナダ、アメリカ
蒸し大豆	大豆：北海道
冷凍豆腐	大豆：アメリカ
ポーク&チキンミートボール	豚肉、鶏肉、玉葱：日本
ワンタン	豚肉：広島、玉葱：北海道他
出雲のおいしいちくわ	たい、あじ、たら：島根他
マグロ缶	きはだまぐろ：インド洋他
ポークハム	豚肉：日本
カットベーコン	豚バラ肉：スペイン他
チキンささみ水煮	鶏ささみ肉：日本
チキンハム	鶏肉：日本
チキンウィンナー	鶏肉：日本
角切チーズ	ナチュラルチーズ：ニュージーランド他
唐揚げえび	インドネシア、バングラディシュ
アジフライ	島根
うの花コロッケ	おから：カナダ他 馬鈴薯：北海道 他
トマトオムレツ	卵：日本 トマト：イタリア 他
安心素材春巻	豚肉、小麦、玉葱、キャベツ他：日本
鶏つくね	鶏肉、玉葱：日本

給食メニュー紹介



給食だより

7月の献立から「青椒肉絲（チンジャオロースー）」を紹介します。
暑い夏にぴったりのご飯がすすむ一品です。

【青椒肉絲】

材料（4人分）

調味料

- | | | | |
|------------|-------|----------|-----------|
| 豚肉（細切り） | …160g | にんにく | …1かけ |
| 料理酒 | …小さじ1 | こいくちしょうゆ | …小さじ1 |
| こいくちしょうゆ | …小さじ1 | 料理酒 | …小さじ1 |
| サラダ油 | …適量 | 中華スープの素 | …1.2g |
| たけのこ（千切り） | …120g | 砂糖 | …小さじ1/2 |
| たまねぎ（スライス） | …1/2個 | オイスターソース | …大さじ1・1/2 |
| ピーマン（千切り） | …2個 | 水溶き片栗粉 | …適量 |
| にんじん（千切り） | …1/4個 | | |

☆ 作り方 ☆

- ① 豚肉を料理酒、こいくちしょうゆで漬け込んでおく。
- ② フライパンに油をひき、①を入れて炒める。
- ③ 野菜を加え、さらに炒める。
- ④ 調味料を加え調味し、水溶き片栗粉でとろみをつけて完成。

【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。



7月おいしい海と川の生き物

• あゆ



• いか

• いわし

あゆは、代表的な川魚で、少し苦みを含んだ味わいが人気の魚です。魚の中でも栄養が豊富で特に内蔵に栄養が詰まっています。塩焼

• サザエ

きにして内蔵ごと食べるとよいですね。

