

【4月8日から4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
小松菜	益田
キャベツ	益田、熊本
ねぎ	益田、出雲
しょうが	高知
もやし	岡山
玉葱	北海道
じゃがいも	鹿児島
人参	益田、長崎
ごぼう	宮崎
エリンギ	益田
えのきたけ	大分
ぶなしめじ	福岡
たけのこ缶詰	鹿児島、熊本、福岡、宮崎
甘夏みかん缶	夏みかん：佐賀、熊本、鹿児島他
冷凍さぬさや	タイ
冷凍えだまめ	タイ
冷凍コーン	アメリカ
冷凍グリーンアスパラ	北海道
冷凍カラビーマン	長崎、熊本、宮崎、大分他

海藻類	
品名	産地
ひじき	韓国
わかめ	宮城、岩手

肉類（冷凍含む）	
品名	産地
牛肉 肩	オーストラリア
鶏肉モモ	日本
豚肉モモ	島根

魚介類（冷凍、レトルト含む）	
品名	産地
さわら西京漬け	さわら：韓国

穀類	
品名	産地
精米	美都
冷凍うどん	小麦粉：オーストラリア
マカロニ	小麦粉：カナダ、アメリカ

加工品	
品名	産地
干ししいたけ	益田
茹でタケノコ	益田
ゆず酢	益田
梅干し	益田
切干大根	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
かまぼこ	たら：アメリカ他
なると	鯛、鯉他：島根、鳥取他
はんぺんおわん種	すけそうたら：アメリカ
チキンハム	鶏肉：日本
ベーコン	豚バラ肉：スペイン
ポーク&チキンミンチカツ	豚肉、鶏肉：日本
星型チーズ	ナチュラルチーズ：ニュージーランド

【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。

5月^がに^{うみ}おいしい^い海^{もの}の生き物



- ・カツオ
- ・カレイ
- ・ノドグロ
- ・キス

カツオは回遊魚^{かいゆうぎょ}といって、えさを追いかけて海を泳ぎ続けており、日本の海には、春頃^{はるごろ}やってきます。その年の最初^{とし}にとれたものを「初カツオ^{はつ}」といいます。
給食では、カツオの加工品「カツオ節^{かこうひん}」がよく登場^{とうじょう}します。あえ物^{あえもの}やだし^{だし}に使^{つか}っています。



給食メニュー紹介



給食だより

5月の献立から、20日（水）に登場する「炒り豆腐」を紹介します。
豆腐を炒める時に、バリバリと雷のような大きな音がすることから、「雷豆腐」とも呼ばれています。

【炒り豆腐】

材料（4人分）

- ・木綿豆腐 ……1丁
- ・鶏肉 ……60g
- ・にんじん ……1/4本
- ・玉ねぎ ……1/4個
- ・ねぎ ……1/4本
- ・干ししいたけ ……5g
- ・こいくちしょうゆ ……大さじ1
- ・砂糖 ……小さじ1
- ・塩 ……少々
- ・ごま油 ……適量

☆ 作り方 ☆

- ①干ししいたけは戻し、細切りしておく。
- ②フライパンにごま油をひき、鶏肉を炒める。
- ③にんじん（短冊切り）、玉ねぎ（スライス）を炒め、豆腐、干ししいたけを加える。
- ④調味料で調味し、卵を入れてとじる。
- ⑤最後にねぎを散らして完成。

大豆の栄養パワー

大豆の主成分は良質なたんぱく質です。そのほか、ビタミンやミネラル、脂質も含んでいます。また、骨粗しょう症の予防に役立つイソフラボンや、腸内環境をととのえる大豆オリゴ糖などの成分も含んでいます。

大豆からできる食品

大豆加工品で、大豆を食べましょう。