

【3月16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
きゅうり	鹿児島
アスパラガス	益田
こまつな	益田、福岡
きゃべつ	益田、熊本、愛知
ねぎ	益田、福岡
パセリ	益田
にんにく	青森
しょうが	高知
たまねぎ	北海道
じゃがいも	鹿児島
ごぼう	青森
大根	鹿児島
もやし	岡山
人参	益田、鹿児島
エリンギ	益田
えのきたけ	福岡
ぶなしめじ	福岡
冷凍枝豆	タイ
冷凍ブロッコリー	エクアドル
冷凍あすっこ	島根
冷凍コーン	タイ
冷凍グリーンピース	ニュージーランド他

海藻類

品名	産地
昆布	北海道
わかめ	宮城
芽ひじき	韓国
もみのり	乾のり：九州、瀬戸内海

肉類（冷凍含む）

品名	産地
豚肉モモ	島根
鶏肉モモ	日本
鶏肉ムネ	日本

魚介類（冷凍、レトルト含む）

品名	産地
さごし切身	韓国
真さば切身	浜田
秋さけ切身	北海道
太刀魚切身	日本、ニュージーランド

穀類

品名	産地
精米	美都
マカロニ	小麦：カナダ、アメリカ

卵

品名	産地
鶏卵	益田
いりたまご	鶏卵：島根

加工品

品名	産地
乾燥椎茸	益田
乾燥大根	益田
こんにゃく	益田
梅漬け	益田
ゆず果汁	益田
木綿豆腐	大豆：アメリカ
厚揚げ	大豆：アメリカ
油揚げ	大豆：アメリカ
ひきわり納豆	大豆：アメリカ
マグロ缶	きはだまぐろ：インド洋他
出雲のおいしいちくわ	魚肉：日本、アメリカ他
白身の魚香草フライ	ホキ：チリ、ニュージーランド他
さばみりん干し	島根、鳥取
糸かまぼこ	たら：アメリカ他
カットベーコン	豚肉：スペイン他
チキンウィンナー	鶏肉：日本
チキンハム	鶏肉：日本
鶏つくね	鶏肉、玉葱：日本
ホーク&チキンハンバーグ	豚肉、鶏肉、玉葱：日本
角切チーズ	ナチュラルチーズ：ニュージーランド
冷凍白玉	もち米：日本

給食メニュー紹介



給食だより

5月の献立から、25日（火）に登場する「キャベツの中華サラダ」を紹介합니다。

旬のキャベツなどの野菜を、手作りの中華ドレッシングで和えて作ります。野菜と相性抜群のドレッシングなので、ぜひ色々なサラダにアレンジしてみてください。

【キャベツの中華サラダ】



材料（4人分）

- キャベツ …… 1/4玉
- にんじん …… 1/4本
- きゅうり …… 1/2本
- ハム …… 4枚
- 乾燥わかめ …… 1.5グラム
- こいくちしょうゆ …… 小さじ1
- 砂糖 …… 小さじ1
- 塩 …… 小さじ1/3
- 酢 …… 大さじ3/4
- ごま油 …… 小さじ1/2

☆ 作り方 ☆

- ①わかめは戻しておく。
- ②野菜とハムはすべて千切りにし、にんじんはゆでて水冷する。
- ③調味料をすべて合わせてよく混ぜる。
- ④野菜、わかめ、ハムと調味料を合わせ、よく和える。

【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。

クイズ!

5月といえば、「新茶」の季節。立春の2月4日から何日目が茶つみの最盛期（もっともよくとれる頃）といわれているでしょう？

- ①七十七日目 ②八十八日目 ③九十九日目



①: 77日目 ②: 88日目 ③: 99日目

5月<sup>が</sup>に<sup>う</sup>み<sup>い</sup>しい<sup>も</sup>海の生き物

- カレイ
  - のどぐろ
  - きす
  - かつお
- カレイは、日本では古くから食べられ、たんぱく質を多く含み、低脂肪でヘルシーな魚です。  
「左ヒラメに右カレイ」という言葉があるように、お腹側を下にしたとき、カレイは頭が右側に来ます。これは成長の過程で両側にあった目が右側に寄ってしまうからです。  
小ぶりなものは油で揚げると骨まで食べることができますよ。

