

【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
きゃべつ	益田
きゅうり	益田、鹿児島
グリーンピース	益田
スナップエンドウ	広島
こまつな	益田
ほうれんそう	益田
ちんげんさい	福岡
アスパラガス	島根、福岡
ねぎ	福岡
にら	益田
セロリ	福岡
しょうが	高知
にんにく	益田
たまねぎ	益田
にんじん	益田、長崎、熊本
じゃがいも	益田、長崎
ごぼう	青森
もやし	岡山、広島
えのきたけ	宮崎
エリンギ	福岡
(冷)ピーマン	長崎、熊本他
(冷)コーン	タイ
(冷)モロヘイヤ	インドネシア
(冷)えだまめ	台湾
(冷)いんげん	タイ
(冷)きぬさや	グアテマラ
りんご	青森

海藻類

品名	産地
わかめ	韓国
もずく	沖縄
のり	九州、瀬戸内海
茎わかめ	韓国

肉類（冷凍含む）

品名	産地
(冷)牛肉	日本
(冷)豚肉	島根
(冷)鶏肉	日本

魚介類（冷凍、レトルト含む）

品名	産地
めばる切身	アメリカ
さごし切身	韓国
生干かれい	浜田
さけ切身	北海道
真あじ	浜田
あご開き	島根、鳥取

穀類

品名	産地
精米	美都

卵

品名	産地
鶏卵	益田
いりたまご	鶏卵：島根
うずら卵	愛知、静岡
錦糸卵	鶏卵：島根

加工品

品名	産地
乾燥しいたけ	益田
乾燥だいこん	益田
こんにゃく	益田
水煮 たけのこ	益田
ゆず果汁	益田
レモン果汁	イタリア
梅漬け	益田
木綿豆腐	大豆：日本、カナダ
高野豆腐	大豆：カナダ、アメリカ
厚揚げ	大豆：日本、カナダ
油揚げ	大豆：カナダ
蒸し 大豆	北海道
蒸し レッドキドニー	アメリカ
蒸し ひよこ豆	アメリカ
水煮 れんこん	茨城
水煮 なめこ	新潟
あじの香味フライ	あじ：島根
にぎす抹茶フライ	にぎす：島根 抹茶：三重 他
いわし香味フライ	いわし：島根
ツナ	中西部太平洋
ちくわ	たい、あじ他：島根、鳥取他
かまぼこ	たら：アメリカ他
さつまあげ	鯛、鯉他：島根他 玉葱：日本
チキンハム	鶏肉：日本
ウィンナー	鶏肉：日本
ベーコン	豚バラ肉：スペイン
ぎょうざ	豚肉：島根 キャベツ：岡山他
春巻	キャベツ、玉葱、人参、豚肉他：日本
こっぺぱん	小麦粉：カナダ、アメリカ

給食レシピ紹介

給食だより

【切干大根のサラダ】

材料（小学生4人分）

- ・切干大根（☆水でもどす） ……12g
- ・キャベツ（1.5cm幅） ……80g
- ・きゅうり（7mm半月切り） ……40g
- ・にんじん（千切り） ……25g
- ・塩昆布 ……4g
- ・かつお節 ……2g
- ◎酢 ……10g（小さじ2）
- ◎しょうゆ ……6g（小さじ1）
- ◎砂糖 ……2.5g（小さじ1弱）

よくかんでたべよう！



カミカミポイント

切干大根は、
水に15~20分つけて
戻すことで、食感よく
仕上がります！

※分量はお好みで加減してください

作り方

- ① 材料は下ごしらえしておく。◎の調味料を合わせておく。
- ② 水で戻した切干大根、キャベツ、にんじんをそれぞれ さっとゆでる。（沸騰したお湯で30秒程度）
- ③ ゆでた野菜を、冷水につけて冷まし、水気を絞る。
- ④ ③の野菜、塩昆布、かつお節を◎の調味料で和える。



【表の「夏の野菜・果物 名前さがし」のこたえ】

①オクラ	②とうもろこし	③かぼちゃ	④きゅうり	⑤えだまめ
⑥トマト	⑦すいか	⑧うめ	⑨ピーマン	⑩なす

どれも給食に登場する旬の食べ物です。スーパーなどでも見つけてみよう♪

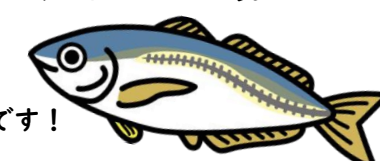


～7月においしい海・川の生き物～

マアジ



アジは、その味の良さからアジ（味）と呼ばれるほどおいしい魚です。マアジは中でも特に漁獲が多く、島根県は全国2位の水揚げ量を誇っています。特に県西部の浜田を中心に獲れるアマジは脂ののりが良く、「どんちっちあじ」ブランドとして注目されています。おうちでもぜひ、丸ごと1匹食べてみませんか？



その他にも… アユ、トビウオ、シイラなどがおいしい時期です！

【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。