

【4月16日から5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
とまと	益田
きゅうり	益田
きゃべつ	益田、熊本
ほうれんそう	益田
チンゲンサイ	福岡
こまつな	益田
アスパラガス	島根
スナップえんどう	益田
グリーンピース	益田、鹿児島
ねぎ	益田、出雲、福岡
にら	益田
にんにく	青森
しょうが	高知
ごぼう	熊本
たまねぎ	益田
にんじん	益田、長崎、熊本
だいこん	益田、熊本
じゃがいも	益田、長崎、熊本
もやし	岡山、広島
えのきたけ	福岡
エリンギ	長野
(冷) コーン	タイ
(冷) ブロッコリー	エクアドル
(冷) きぬさや	グアテマラ
(冷) えだまめ	タイ
美生柑	愛媛

海藻類

品名	産地
わかめ	韓国
のり	岡山
こんぶ	韓国
もずく	沖縄

肉類 (冷凍含む)

品名	産地
(冷) 牛肉	日本、オーストラリア
(冷) 合挽肉	牛肉、豚肉：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
子持ちししゃも	ノルウェー、カナダ他
さば切身	浜田
あじドレス	浜田
たこ角切	インドネシア
さわら角切	北九州沖、北陸沖
ぶり切身	日本
あじ開き	島根
さわら切身	韓国

穀類

品名	産地
精米	美都

卵

品名	産地
鶏卵	益田

加工品

品名	産地
乾燥しいたけ	益田
ゆず果汁	益田
レモン果汁	広島
梅漬け	益田
切干大根	益田
こんにゃく	群馬
抹茶の粉	日本
木綿豆腐	大豆：カナダ
厚揚げ	大豆：カナダ
油揚げ	大豆：カナダ
おから	大豆：カナダ
納豆	大豆：カナダ
水煮たけのこ	益田
水煮なめこ	新潟
かまぼこ	たら：アメリカ他
ツナ	中西部太平洋
ちくわ磯辺天ぷら	魚肉すり身：アメリカ他 あおさ：日本
いわし香味フライ	島根 他
チキンハム	鶏肉：日本
チキンウインナー	鶏肉：日本
水煮ささみ	日本
ベーコン	豚肉：スペイン他
ポークハム	豚肉：日本
ハンバーガーパティ	牛肉：オーストラリア他
きゃべつ入り平つくね	キャベツ、鶏肉：日本
とんかつ	豚肉：カナダ、アメリカ 他
シューマイ	玉葱、豚肉：北海道他
とまとオムレツ	トマト：イタリア 鶏卵：日本
(冷) バンズパン	小麦粉：カナダ、アメリカ
ヨーグルト	脱脂粉乳：北海道他
チーズ	ニュージーランド他
フルーツパックパイ	フィリピン、タイ
フルーツパックみかん	静岡、三重、和歌山
ナタデココ	タイ

給食レシピ紹介



【もずく丼の具】

【材料(4人分)】

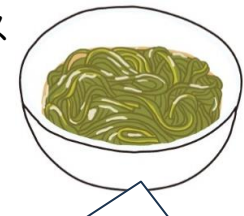
- ・ひき肉(鶏や豚)・・・160グラム
  - ・にんにく ……………1かけ
  - ・サラダ油 ……………適量
  - ・たまねぎ ……………中1/2個
  - ・もずく ……………120グラム
  - ・とうもろこし ……………25グラム
  - ・モロヘイヤ ……………50グラム
  - ◎こいくちしょうゆ …大さじ1
  - ◎みりん ……………小さじ1
  - ◎砂糖 ……………小さじ1
  - ◎料理酒 ……………小さじ1
  - ◎塩 ……………少々(お好みで)
- ※分量はお好みで加減してください

【下ごしらえ】

みじん切り(チューブ可)

5mm幅スライス

ざく切り



もずくのねばり成分である「フコイダン」という食物繊維には、さまざまな生活習慣病の予防となるはたらきがあります。ぜひ、いろいろな食べ方で日常にもずくを取り入れてみるのはいかがでしょうか？

作り方

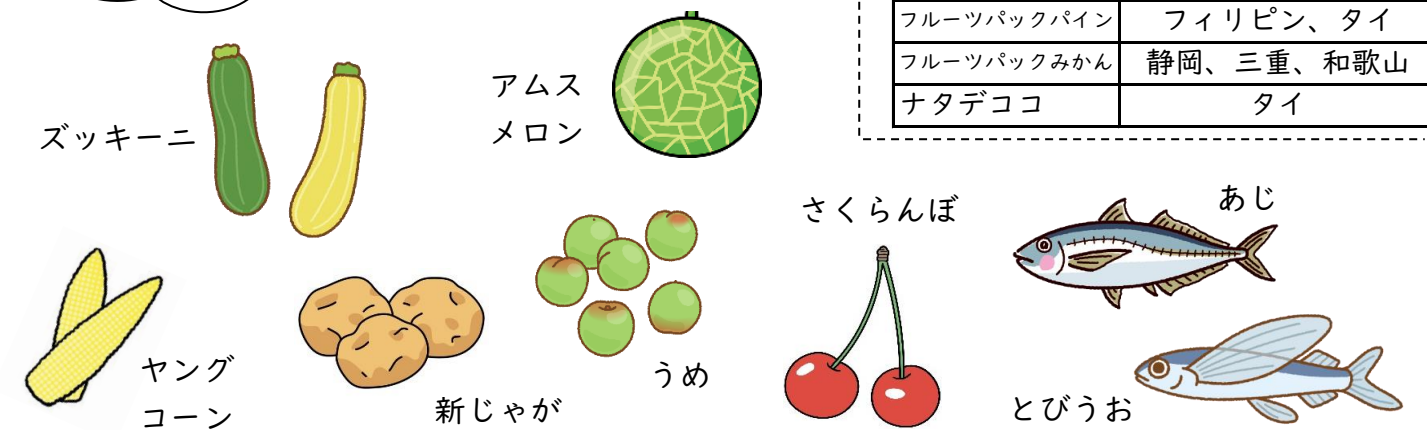
下ごしらえをしておく。

- ① フライパンにサラダ油を熱し、にんにく、ひき肉を炒める。
- ② たまねぎを加えて炒め、火が通ったらもずく、とうもろこし、モロヘイヤも加える。
- ③ ◎の調味料を加えて味をととのえる。

春が旬のもずくを使った丼ぶりメニューです。お好きな具材を入れて作ってみてください。

お店に売られている、味付きではないもずくを使用して作ってください。

いま旬の食べ物



～食中毒に気を付けましょう～

温度や湿度が上がり、食中毒菌が増えやすい環境になってくる時期です。食べ物に菌を「つけない」ためにも、帰った後や食事・料理の前には洗い残しに注意して手洗いをしましょう！

