

【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
ふき	益田
きゅうり	鹿児島
きゃべつ	益田
ほうれんそう	益田
チンゲンサイ	福岡
こまつな	益田
ブロッコリー	長崎
あすっこ	島根
ねぎ	益田
しそのは	大分
にんにく	青森
ごぼう	益田
たまねぎ	益田、北海道
にんじん	益田
じゃがいも	鹿児島
もやし	岡山
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) ピーマン	長崎、熊本他
(冷) グリンピース	ニュージーランド他
いちご	益田
バナナ	フィリピン

海藻類

品名	産地
わかめ	韓国

肉類（冷凍含む）

品名	産地
(冷) 牛肉	日本
(冷) 合挽肉	牛肉、豚肉：日本
(冷) 豚肉	島根、カナダ
(冷) 鶏肉	日本

魚介類（冷凍、レトルト含む）

品名	産地
さわら切身	韓国
ほき切身	ニュージーランド

穀類

品名	産地
精米	美都

加工品

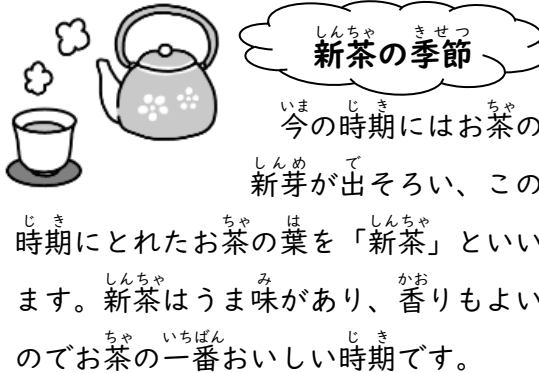
品名	産地
乾燥しいたけ	益田
ゆず果汁	益田
梅漬け	益田
こんにゃく	こんにゃくいも：益田他
木綿豆腐	大豆：カナダ
高野豆腐	大豆：カナダ
厚揚げ	大豆：カナダ
油揚げ	大豆：カナダ
水煮たけのこ	タイ
水煮れんこん	徳島、熊本、佐賀
かまぼこ	たら：アメリカ他
ツナ	中西部太平洋
あじだんご	真あじ、白葱：鳥取 他
チキンハム	鶏肉：日本
揚げ出し豆腐	大豆：愛知、岐阜他
フルーツパックみかん	静岡、三重、和歌山
フルーツパックパイナップル	フィリピン、タイ
ナタデココ	タイ

～5月1日（水）は「八十八夜」です～

立春の日から88日目（水）が八十八夜です。この日の頃は種まきや田植え、お茶摘みなどの春の農作業に適しているといわれています。



お米作りは、「八十八」の工程があるといわれているほど、手間と時間のかかる作業です。種から芽が出て少し大きくなった苗をこの時期に田んぼに植えるのが、「田植え」です。



今の時期にはお茶の新芽が出そろい、この時期にとれたお茶の葉を「新茶」といいます。新茶はうま味があり、香りもよいのでお茶の一番おいしい時期です。

今がおいしい！旬の食べ物

グリンピース	きぬさや	スナップエンドウ	新たまねぎ	アスパラガス	山菜	はまぐり	かつお
--------	------	----------	-------	--------	----	------	-----

給食レシピ紹介



【牛肉とたけのこの炒め物】

【材料（4人分）】

- ・牛肉……………200グラム
  - ・酒……………小さじ2
  - ・サラダ油……………適量
  - ・にんにく……………1～2片
  - ・たまねぎ……………100グラム
  - ・ゆでたけのこ……………100グラム
  - ・きぬさや……………25グラム
  - ◎こいくちしょうゆ…大さじ1
  - ◎みりん……………大さじ1
  - ◎黒こしょう……………お好みで
- ※分量はお好みで加減してください

【下ごしらえ】

- 酒をもみこんでおく
- みじん切り（チューブ可）
- 5mmの半月切り
- 5～10mmのうす切り
- 10mmのざく切り



たけのこは鮮度が命！生のたけのこを使う場合は、できるだけ早く米ぬかと一緒にゆでて冷ましてアク抜きすることで、えぐみをおさえることができるよ！

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、たまねぎをしんなりするまで炒める。
  - ② 酒をふった牛肉を加えて炒め、火が通ったら、たけのこ、きぬさやも加える。
  - ③ ◎の調味料を加えて味をととのえる。

今が旬のたけのこを使った料理です。煮物やたけのこご飯にしてもおいしいですが、炒め物にもぴったりの食材です。同じく春が旬の新たまねぎやきぬさや、スナップエンドウ、アスパラなどを入れたり、にんじんやトマトでいろどりを加えても良いですね。おうちにある食材でぜひ作ってみてください。

～今月他にも、地元でとれたたけのこを使った献立がたくさん登場します～

- ・たけのこご飯 ……しょうゆ味で煮た具材をごはんと混ぜ込んで作ります
- ・若竹汁 ……旬の若布とたけのこが入ったすまし汁です
- ・山菜のけんちん汁 ……わらびなども入れた、春の山菜を楽しむすまし汁です
- ・キーマカレーの具 ……小さめに切ったたけのこを入れることで食感も楽しめます
- ・中華丼の具 ……たけのこを大きめに切り、食べごたえたっぷりに仕上げます