

【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
ふき	益田
きゃべつ	益田
きゅうり	益田、鹿児島
ピーマン	鹿児島
こまつな	益田、福岡
ほうれんそう	益田
チンゲンサイ	福岡
スナップエンドウ	益田
にら	福岡
ねぎ	益田、出雲
アスパラガス	山口、長崎
しょうが	高知
にんにく	青森
たまねぎ	益田、北海道
にんじん	長崎、熊本
じゃがいも	鹿児島
もやし	広島、岡山
エリンギ	益田
えのきたけ	宮崎
ぶなしめじ	福岡
バナナ	フィリピン
(冷)あすっこ	島根
(冷)ブロッコリー	エクアドル
(冷)コーン	タイ
(冷)グリーンピース	ニュージーランド
(冷)ごぼう	九州

海藻類

品名	産地
もずく	韓国
ひじき	韓国
カットわかめ	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
鶏むね肉	日本
(冷)牛肉	日本
(冷)豚肉 ミンチ	日本
(冷)鶏肉	日本

魚介類（冷凍、レトルト含む）

品名	産地
あじ切身	ニュージーランド
さけ切身	北海道
さば切身	浜田
塩さば切身	ノルウェー
さわら切身	韓国
生干カレー	浜田

穀類

品名	産地
精米	美都

卵

品名	産地
鶏卵	益田
オムレツ	日本

加工品

品名	産地
乾燥しいたけ	益田
乾燥大根	益田
煎茶	津和野
こんにゃく	益田
水煮 たけのこ	益田
水煮 れんこん	茨城
ゆず果汁	益田
レモン果汁	イタリア
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
高野豆腐	大豆：カナダ、アメリカ
ひきわり納豆	大豆：アメリカ
蒸ひよこ豆	大豆：アメリカ
かまぼこ	たら：アメリカ
ちくわ	たい、あじ他：島根、鳥取他
ツナ	中西部太平洋
さつまあげ（玉ねぎ）	鯛、鯉他：島根他 玉葱：日本
チキンハム	鶏肉：日本
ベーコン	豚ばら肉：スペイン他
ポーク&チキンミートボール	豚肉、鶏肉、玉葱：日本
カボチャ挽肉フライ	カボチャ、玉葱、豚肉：日本
ワンタン	小麦、豚肉、キャベツ：日本
(冷)こっぺぱん	小麦：カナダ、アメリカ
白玉もち	こち米粉：タイ
パイン缶	フィリピン
みかん缶	日本
もも缶	南アフリカ
豆乳ゼリー（杏仁風味）	豆乳：カナダ、アメリカ
柏餅	益田

給食メニュー紹介



給食だより

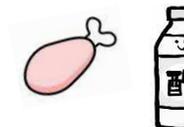
【チキンアドボ】

～フィリピンの味めぐりで登場する、お酢を使った鶏肉の煮物です～

【材料（4人分）】

- ・鶏肉もも切身(60g程度) 4切れ
- ・にんにく(チューブ) 4センチ
- ・料理酒 大さじ1
- ・こいくちしょうゆ 大さじ1
- ・みりん 大さじ1
- ・砂糖 小さじ1
- ・酢 大さじ1
- ・黒こしょう 少々
- ・サラダ油 適量
- ・水 100mL程度

※分量はお好みで
加減してください



A

酢やにんにく、黒こしょうなどを味付けに使うことで、さっぱりと、スパイシーな味付けに仕上がります。骨付き肉を使ったり、煮る時にローリエを加えたりすると、より本場の味に近づきます！

☆ 作り方 ☆

- ① Aをすべて合わせて混ぜ、鶏肉を入れて15分ほど置いて味をなじませる。
- ② フライパンにサラダ油をひき、調味液を軽く切った①を加え焼き色を付ける。(調味液は後で使うのでとっておく)
- ③ 焼き色が付いたら、②で残しておいた調味液と水を加えて弱火にし、途中で鶏肉を裏返しながらか、20分ほど煮る。(煮る時間や水加減はお好みで)

6月の給食に

登場する地元の旬の食材紹介



～6月においしい海の生き物～

イカ
他にも…
・マアジ
・トビウオ
・シラ
など

イカは6月から8月ごろが一番おいしいといわれています。刺身で食べることはもちろん、するめや塩辛などの加工品も多く出回っています。イカは光に集まる習性があるため船にたくさんの電球をつけて漁獲されます。そのため夏の夜の海岸では、水平線にいくつもの漁火が広がる光景を見ることができます。



似ているけれど全然違う

消費期限 と 賞味期限

消費期限

品質の劣化が早い食品に表示される「安全に食べられる期限」。期限をすぎた場合は、食べない方がよいでしょう。

※消費期限や賞味期限は未開封の状態です。一度開封したら早めに食べましょう。



賞味期限

品質の劣化が比較的遅い食品に表示される「おいしく食べられる期限」。期限をすぎてもすぐに食べられなくなるわけではありません。



【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。