

【12月16日から1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
春の七草	益田
ブロッコリー	益田
ケール	益田
きゅうり	鹿児島
きゃべつ	益田
はくさい	益田
しゅんぎく	益田
ほうれんそう	益田
こまつな	益田
ねぎ	益田
せり	福岡
にんにく	益田
しょうが	高知
かぼちゃ	益田
たまねぎ	北海道
にんじん	益田
かぶのは	益田
かぶ	益田
だいこん	益田
さつまいも	益田
じゃがいも	益田
さといも	益田
もやし	広島
えのきたけ	長野
しいたけ	益田
(冷) いんげん	タイ
ゆず	益田
りんご	青森
みかん	愛媛

海藻類

品名	産地
わかめ	韓国
めひじき	韓国

肉類 (冷凍含む)

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

魚介類 (冷凍、レトルト含む)

品名	産地
ほき切身	ニュージーランド
たら角切	ロシア・アメリカ
ぶり切身	日本
さば切身	浜田

穀類

品名	産地
精米	美都

卵

品名	産地
鶏卵	益田
錦糸卵	島根

加工品

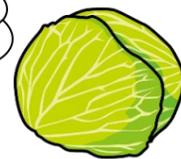
品名	産地
乾燥しいたけ	益田
ゆず果汁	益田
切干大根	益田
こんにやく	こんにやく芋：益田 他
木綿豆腐	大豆：カナダ
厚揚げ	大豆：カナダ
油揚げ	大豆：島根
ひきわり納豆	大豆：カナダ
水煮れんこん	茨城
水煮たけのこ	鳥取
水煮うずら卵	愛知、静岡
ちくわ磯辺天ぷら	魚肉：アメリカ、インド他
さつまあげ	鯛、鰯、他：島根他
チキンウインナー	鶏肉：日本
チキンハム	鶏肉：日本
ベーコン	豚肉：スペイン
白玉もち	もち米粉：タイ
うどん麺	小麦：日本



はる
春のはじまり、
「立春」は
がつみっか
2月3日です *

立春

今がおいしい！
旬の食材



冬キャベツ



カリフラワー



みずな



しいたけ



わさび



いちご

【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。

給食レシピ紹介



【ヤンニョムチキン 🍗】

【材料(4人分)】

- ★ 大きじ1=小さじ3です ★
- ・鶏むね肉切身…30グラム×8個
- ・片栗粉……………適量
- ・揚げ油……………適量

Aおろしにんにく…小さじ1/2(2センチ)

Aみりん……………小さじ1/2

Aコチュジャン……………大きじ1/2

Aケチャップ……………大きじ1

A砂糖……………大きじ1~2(好みの甘さで)

Aこいくちしょうゆ…小さじ1

Aごま油……………大きじ1/2

Aごま……………小さじ2

※分量はお好みで加減してください

給食で大人気の”ヤンニョムチキン”とは、甘辛いヤンニョムソースをからめた「韓国式フライドチキン」です。
スパイシーな味付けは、ごはんのおかずにとぴったりです！

給食レシピは
益田市のクックパッドにて
順次紹介しています！



作り方

- ① 鶏肉に片栗粉をまぶし、油で中心に火が通るまで揚げる。
余分な油を切っておく。
- ② フライパンの中にAをすべて入れ、よく混ぜる。
火にかけて、煮立ってくるまで時々混ぜながら加熱する。
- ③ 火を止めた②に①を入れ、タレを全体によくからめる。

☆Point☆

- ・味の決め手となるコチュジャンは、給食では美都町のキムチ工房りはらさんのものを使用しています。
- ・鶏むね肉を使用することで、低カロリー・低コストで作れます。
- ・ヤンニョムソースは、鶏肉以外にも豚肉や、炒め物の味付け、揚げ豆腐など、いろいろな食材の味付けに使えます♪