

【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
きゅうり	山口
パセリ	益田
キャベツ	益田
ほうれんそう	益田
こまつな	益田
あすっこ	島根
菜の花	島根
ブロッコリー	益田・長野
チンゲンサイ	益田
にら	益田
ねぎ	益田
にんにく	青森
しょうが	高知
白ねぎ	大分
だいこん	益田
たまねぎ	益田、島根
にんじん	益田、長崎
じゃがいも	鹿児島
さといも	益田
もやし	広島、岡山
しいたけ	益田
えのきたけ	福岡
(冷) インゲン	タイ
(冷) ピーマン	長崎、熊本他
(冷) とうもろこし	タイ
(冷) いちご	モロッコ

海藻類

品名	産地
塩こんぶ	日本
もずく	沖縄
ひじき	韓国
わかめ	韓国

肉類 (冷凍含む)

品名	産地
豚肉	島根、日本
鶏肉	日本

魚介類 (冷凍、レトルト含む)

品名	産地
マス切身	アメリカ、ロシア
ぶり角切	島根、長崎他
シシャモ干物	ノルウェー
タラ	ロシア、アメリカ
むきえび	ミャンマー
いか	ペルー、チリ
さば	島根

穀類

品名	産地
精米	美都

卵

品名	産地
いりたまご	鶏卵：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
梅漬け	益田
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
蒸しひよこ豆	益田、北海道
蒸レッドキドニー	アメリカ
たけのこ水煮	鳥取
なめこ水煮	新潟
ツナ	きはだまぐろ：中西部太平洋
糸かまぼこ	タラ：アメリカ他
ポーク&チキンハンバーグ	豚肉、鶏肉、玉葱：日本
ベーコン	豚肉：スペイン
チーズ	ニュージーランド
ぎょうざ	豚肉：宮崎他、キャベツ：広島
鶏つくね	鶏肉：日本、たまねぎ：日本
りんごシロップ漬け	長野、山形
パイシロップ漬け	フィリピン、タイ
みかんシロップ漬け	スペイン
白桃ゼリー	白桃：日本
シャインマスカットゼリー	マスカット：日本



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。

給食レシビ紹介



【キムチ肉じゃが】

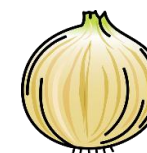
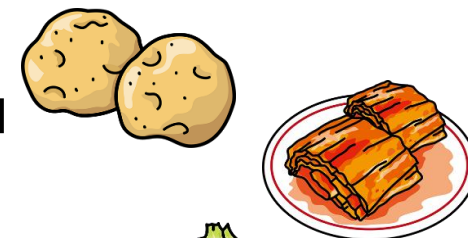
※分量や使用する食材はお好みで加減してください

【材料(4人分)】

- ※大きじ1=小さじ3です*
- ・豚肉……………150グラム
- ・じゃがいも……………250グラム
- ・たまねぎ……………150グラム
- ・にんじん……………40グラム
- ・白菜キムチ……………60グラム
- ・白系こんにやく…60グラム
- ・グリーンピース……………20グラム(おき)
- ・サラダ油……………適量
- ☆砂糖……………小さじ2
- ☆こいくちしょうゆ…大きじ1弱
- ☆料理酒……………大きじ1
- ☆みりん……………小さじ1

【下ごしらえ】

大きめの角切り
くし切り
1センチの厚いちょう
大きければ刻む
長ければ刻む



給食レシビは
益田市のクックパッドにて
順次紹介していきます!

作り方

- ① フライパンにサラダ油をひき、豚肉、たまねぎ、にんじん、じゃがいもの順に加えて炒める。
- ② じゃがいもがぎりぎり浸るくらいの水を加える。
- ③ 野菜がやわらかくなったら、☆の調味料を加えさっと混ぜ、白菜キムチ、系こんにやく、グリーンピースを加えて加熱する。
- ④ 味を見て、薄ければ追加で煮詰めたら完成。

給食では、美都町で作られた、りはらのキムチを使った作ります♪
 今がおいしい新じゃがや、新玉ねぎをたっぷり使って作っててください。

おもてのクイズのこたえ

① C (100センチ)

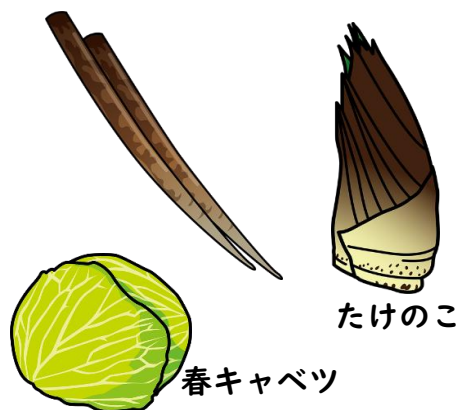
たけのこは、^{ほう}放っておくとすぐに^の伸び、かたくなって竹になります。若いうちにとってすぐ^た食べると、やわらかくておいしいです。

② B (新たまねぎ)

新たまねぎは、とれてすぐに^た食べるので、^{すいぶん}水分が多くてやわらかく、^{あま}甘いのが特徴です。丸ごとレンジで^む蒸すのもおすすめです!

今がおいしい!
旬の食べ物

新ごぼう



たけのこ

春キャベツ

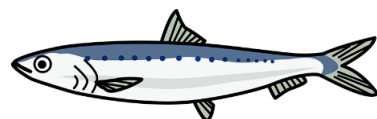
グリーンピース



アスパラガス



スナッフ
えんどう



さわら (鱈)