

【11月16日から12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
根わさび	益田
きゃべつ	益田
レッドきゃべつ	益田
きゅうり	鹿児島
ブロッコリー	益田
はくさい	益田
こまつな	益田
ほうれんそう	益田
しゅんぎく	益田
にら	益田
ねぎ	益田
パセリ	益田
みずな	広島
しょうが	高知
かぶ	益田
かぶの葉	益田
だいこん	益田
だいこんの葉	益田
にんにく	益田
たまねぎ	益田、北海道
にんじん	益田
ごぼう	青森
じゃがいも	益田、北海道
さつまいも	益田
さといも	益田
もやし	岡山
しいたけ	益田
えのきたけ	宮崎
ぶなしめじ	福岡
(冷)ブロッコリー	エクアドル
(冷)グリーンピース	ニュージーランド
(冷)コーン	タイ
りんご	青森
みかん	益田

海藻類

品名	産地
ひじき	韓国
焼きのり	九州、瀬戸内海他
わかめ	韓国
もみのり	九州、瀬戸内海他
こんぶ	北海道

肉類 (冷凍含む)

品名	産地
牛肉	益田
(冷)豚肉	島根
(冷)鶏肉	日本

品名	産地
しじみ	松江
子持ししゃも	ノルウエー、アイスランド、カナダ
さば切身	浜田
さわら切身	九州沖、北陸沖
さごし切身	韓国
さけ角切	北海道
しいら切身	島根・鳥取
真あじ	浜田

穀類

品名	産地
精米	美都

卵

品名	産地
鶏卵	益田
いりたまご	鶏卵：島根
うずら卵	愛知、静岡

加工品

品名	産地
乾燥しいたけ	益田
乾燥だいこん	益田
梅漬け	益田
こんにゃく	益田、山口
水煮 れんこん	茨城
ゆず果汁	益田
れもん果汁	イタリア
水煮 だいず	大豆：益田
木綿豆腐	大豆：大田
厚揚げ	大豆：カナダ
油揚げ	大豆：カナダ
焼き豆腐	大豆：カナダ
かまぼこ	たら：アメリカ
ちくわ	たい、あじ他：島根、鳥取他
かつお節	静岡、鹿児島
ホキフライ	ホキ：ニュージーランド他
子持ししゃもフライ	ししゃも：アイスランド他
さつまあげ(玉ねぎ)	鯛、鯷他：島根他 玉葱：日本
チキンハム	鶏肉：日本
チキンウインナー	鶏肉：日本
ベーコン	豚ばら肉：スペイン他
鶏と根菜の平つくね	玉葱：北海道 鶏肉：日本 他
ヨーグルト	牛乳：益田
ナタデココ	タイ



1月の旬の味覚

ねぎ

せり

ぽんかん

ぶり

給食メニュー紹介



給食だより

【松風焼き】

～おせち料理に作ってみよう～

※分量はお好みで
加減してください

【材料(4人分)】

【下ごしらえ】

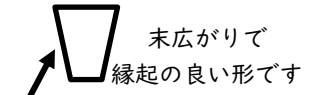
- ・鶏肉ミンチ 200グラム
- ・たまねぎ 50グラム(1/4玉)・・・みじん切り
- ・ねぎ 15グラム・・・・・・・小口切り
- ・おろししょうが 3グラム(チューブ可)
- ・片栗粉 大さじ1と1/2
- ・みそ 大さじ1
- ・みりん 小さじ1
- ・料理酒 小さじ1
- ・白ごま 適量(けしの実や青のりも◎)

A (混ぜておく)

おもて面にだけ、ごまやけしの実、青のりなどをまぶし、裏には何もないことから、「裏がない、正直に生きる」という意味で、お正月のおせち料理に食べられます。

☆ 作り方 ☆

- ① 材料を下ごしらえする。オーブンを170℃に予熱しておく。
- ② ポリ袋(またはボウル)で鶏ミンチをよくこね、そこに玉ねぎ、ねぎ、しょうがを加えて混ぜる。
- ③ ①に片栗粉を加えてよく混ぜたら、Aを加えて全体に味をなじませる。
- ④ 天板にオープンシートをしき、③をのせて1.5cmくらいの厚さの四角形に形をととのえる。
- ⑤ ④の表面にごまをまぶす。
- ⑥ 170℃のオーブンで15～20分焼く。
- ⑦ オーブンから出して少し冷まし、四角形や羽子板(はごいた)型に切り分ける。



～1月においしい益田の旬の食べ物～



大根

春の七草のひとつに数えられる「すずしろ」とは、大根のことです。大根は一年中お店に出回っていますが、12月～2月の冬の時期が旬です。煮物や漬物、サラダなど、いろいろな料理で旬の大根を楽しみましょう。



【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。

