

【7月16日から9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
トマト	益田
きゅうり	益田
キャベツ	益田
しそのは	益田
こまつな	広島、福岡
なす	益田
しそのは	益田
オクラ	益田
ピーマン	益田
パプリカ	益田、大分
ねぎ	益田、出雲
にら	益田
にがうり	青森
にんにく	青森
みょうが	益田
たまねぎ	益田
にんじん	益田、北海道
そうめんかぼちゃ	益田
かぼちゃ	益田
じゃがいも	益田
もやし	広島、岡山
えのき	福岡
しめじ	長野
(冷) ブロccoli	エクアドル
(冷) きぬさや	グアテマラ
(冷) とうもろこし	鯛
(冷) モロヘイヤ	インドネシア
巨峰	益田
りんご	青森
二十世紀梨	鳥取
パイナップル	フィリピン、タイ
甘夏みかん缶	佐賀、熊本、鹿児島他

海藻類

品 名	産 地
わかめ	韓国
ひじき	韓国

肉類（冷凍含む）

品 名	産 地
(冷) 豚肉	日本、カナダ
(冷) 鶏肉	日本
合挽肉	牛肉、豚肉：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
えび	インド、パキスタン
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
うずら卵	うずら卵：愛知、静岡



加工品

品 名	産 地
乾燥しいたけ	益田
梅漬け	益田
切干大根	宮崎
蒸しひよこ豆	アメリカ
蒸しレッドキドニー	アメリカ
水煮大豆	北海道
木綿豆腐	大豆：島根、カナダ
厚揚げ	大豆：カナダ
水煮たけのこ	日本
ツナ	きはだまぐろ：中西部太平洋
かまぼこ	魚肉：北海道、タイ、ベトナム他
ホキフライ	ホキ：ニュージーランド他
はんぺん	魚肉：タイ、ベトナム、アメリカ
いか天ぷら	北太平洋
ささみカツ	ササミ：宮崎、鹿児島他
豚肉コロケ	馬鈴薯：北海道 豚肉：日本 他
チキンハム	鶏肉：日本
ベーコン	豚肉：スペイン
冷やし中華めん	小麦：九州
白桃ゼリー	日本
マスカットゼリー	日本



世界で作られた食べ物のうち、
約40%は捨てられています。
ムダをなくすために、みなさんには
何ができるでしょうか？

給食レシピ紹介



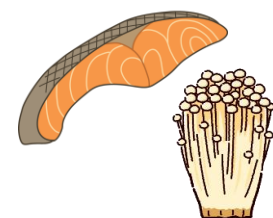
【マス(さけ)のちゃんちゃん焼き】 ※分量はお好みで加減してください

【材料(4人分)】

- ★ 大さじ1=小さじ3です ★
- ・マスorさけ 切身(無塩)・・・4切
- ・塩・・・・・・・・少々
- ・こしょう・・・・・・・・少々
- ・しめじ・・・・・・・・1/2房
- ・えのきたけ・・・・・・1/2房
- ・たまねぎ・・・・・・・・1/2個
- Aマヨネーズ・・・・・・大さじ1と1/2
- A砂糖・・・・・・・・小さじ1
- Aみりん・・・・・・・・小さじ1と1/2
- Aこいくちしょうゆ・・・小さじ1/2
- Aみそ・・・・・・・・小さじ2
- ・バター・・・・・・・・10グラム

【下ごしらえ】

魚に
振りかけておく
根元を落としてほぐす
根元を落として半分
薄めにスライス



給食レシピは
益田市のクックパッドにて
順次紹介していきます！

作り方

- ① 食材の下ごしらえをする。
- ② ボウルにAを入れてよく混ぜ、しめじ、えのきたけ、たまねぎも加えて混ぜる。
- ③ フライパンを熱してバターを溶かし、下味をつけた魚を置き、その上に②をのせてフタをする。
- ④ 魚に少し焦げ目がつき、野菜に火が通るまでフタをしたまま弱火で焼く。

魚が苦手な子どもでも食べやすい味付けです。物価高騰対策のため、今月の給食ではサケの代わりにサケ科の仲間であるマスを使っています。おうちでも、好きな魚で作ってみて下さい。

フライパンに材料を入れて蒸し焼きにするだけでおいしく作れるので、忙しい朝やお弁当にもおすすめです。

【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。