



# 5月給食だより



## 「五節句(五節供)」と行事食について知ろう!

### 生活リズムを見直そう

新緑が目に見え、季節となりました。子どもたちは新しい環境にも慣れてきたようで、給食の準備や後片付けを協力してスムーズに進めている様子が見られます。

新年度が始まって1か月がたちましたが、心や体に疲れが出ていないでしょうか？朝なかなか起きられなかったり、日中ボーッとしたり、食欲がないなど、気になる症状がある場合は、生活リズムを見直してみましょう。

### 生活リズムを整えるためのポイント

<p><b>起きたら、朝日を浴びる</b></p>	<p><b>朝食をよくかんで食べる</b></p>	<p><b>昼間は外で体を動かす</b></p>	<p><b>食事は決まった時間に食べる</b></p>	<p><b>早めに布団に入る</b></p>
---------------------------	---------------------------	--------------------------	-----------------------------	------------------------

給食は残さず食べなくちゃいけないの？

### 学校給食の食事内容について

学校給食の献立は、文部科学省が定める「学校給食摂取基準」に基づき、栄養士が作成しています。1日に必要な栄養量の1/3程度を基本に、不足しがちなカルシウムやビタミン類は多めに与えるよう考慮し、食材や調理方法を工夫して提供します。

残さず食べることで、必要な栄養をしっかりとることができ、食べられる人は、盛り付けられた量を食べ切るよう心がけましょう。

苦手な食べ物があったり、食べられる量が少なかったり、給食を食べることに不安を感じている人は、無理をしなくて大丈夫です。成長するにつれて、だんだんと食べられるようになりますので、少しずつ慣れていきましょう。

★協力して準備をし、食べる時間を長くとれるようにすることが大切です。

★楽しい雰囲気ですと、よりおいしく感じます。



5月5日は、国民の祝日「こどもの日」ですが、男の子の健全な成長を祝う「端午の節句」でもあります。節句と名のつく事はほかに、1月7日の「人日の節句」、3月3日の「上巳の節句」、7月7日の「七夕の節句」、9月9日の「重陽の節句」があり、まとめて「五節句(五節供)」と呼ばれます。

中国から伝わった風習が日本独自の行事に変化したもので、行事食には、健康で幸せに暮らせるようにという願いが込められています。それぞれの節句には、邪気(病気や災難を起こす悪い気)を払うとされる季節の植物が用いられているのも特徴です。



こどもの日は「こどもの人格を重んじ、こどもの幸福をはかるとともに、母に感謝する」日として定められており、本来は、端午の節句とは別の行事です。

**1/7 人日の節句 (七草の節句)**

7種類の若菜を入れた「七草がゆ」を食べて、一年の無病息災を願います。若菜は、セリ、ナズナ、ゴギョウ、ハコベラ、ホトケノザ、スズナ、スズシロで、春の七草ともいいます。

**3/3 上巳の節句 (桃の節句)**

「ひな祭り」の名で親しまれ、桃の花やひな人形を飾り、女の子の健全な成長を祝います。行事食には、「ちらしずし」「ひなあられ」などがあります。

**5/5 端午の節句 (菖蒲の節句)**

かぶとや武者人形、こいのぼりを飾り、「ちまき」や「かしわもち」を食べ、男の子の健全な成長を祝います。香りの強い菖蒲を入れたお風呂につかり、厄を払う風習もあります。

**7/7 七夕の節句 (笹の節句)**

願い事を書いた短冊を笹竹につるし、技芸上達、豊作などを願う「星祭り」が行われます。行事食として「そうめん」が食べられていますが、夜空に浮かぶ天の川の川や、機織りに使う糸に見立てているなど、いろいろな由来があります。

**9/9 重陽の節句 (菊の節句)**

菊の強い香りで邪気を払い、長寿を願います。現代では、あまりなじみがありませんが、江戸時代には五節句を締めくくる行事として、菊の花見をするなど、一般の人びとの間でも盛大に行われていました。



食品群	体内ではたらく
赤の食品	血や肉、骨をつくる
黄の食品	働く力や体温となる
緑の食品	体の調子を整える

	月	火	水 1日	木 2日	金 3日
<p>こんだて</p> <p>あか</p> <p>き</p> <p>みどり</p>	<p><b>お茶</b></p> <p>お茶は、ツバ(牛科)の常緑樹「チャ」の葉から作られます。緑茶のほか、ウーロン茶や紅茶も同じチャの葉を原料としますが、チャの木の品種、加工方法の違いで、香りや味は大きく異なります。緑茶は、葉を蒸した後に、釜でじっくり焙じて、もみながら乾燥させたもので、加熱することで「酸化酵素」の働きを止め、発酵(酸化)させないで「不発酵茶」ともいいます。葉の緑色が保たれ、さわやかな香りが特徴です。一方、紅茶は十分に発酵させた「発酵茶」、ウーロン茶は途中で発酵を止めた「半発酵茶」です。また、微生物の力で発酵させる「後発酵茶」という珍しいお茶もあります。日本で作られているのは、鹿児島県の「パタタ茶」、高知県の「暮石茶」、徳島県の「阿波晩茶」、愛媛県の「石鎚黒茶」の4種類で、それぞれ作り方も味も異なります。</p>				
	<p>国産豚肉コロッケ</p> <p>中華炒め</p> <p>Ca強化ごはん</p> <p>コンソープ</p>				
	<p>ハンバーグ(ケチャップソースかけ)</p> <p>きゅうりとキャベツのゆかり和え</p> <p>雑穀ごはん</p> <p>みそ汁</p>				
	<p>憲法記念日</p>				
<p>こんだて</p> <p>あか</p> <p>き</p> <p>みどり</p>	6日	7日	8日	9日	10日
	<p>振替休日</p>				
	<p>鶏肉の生姜焼き</p> <p>麩チャンプルー</p> <p>Ca強化ごはん</p> <p>魚ソーメン汁</p>				
	<p>チキンカツ</p> <p>ゴーヤカレー</p> <p>Ca強化ごはん</p> <p>フルーツポンチ</p>				
<p>こんだて</p> <p>あか</p> <p>き</p> <p>みどり</p>	13日	14日	15日	16日	17日
	<p>午前授業</p>				
	<p>ちくわの磯辺天ぷら</p> <p>豚肉のみそ炒め</p> <p>Ca強化ごはん</p> <p>若竹汁</p>				
	<p>ビック肉団子</p> <p>回鍋肉</p> <p>Ca強化ごはん</p> <p>わかめとなるとの中華スープ</p>				
<p>こんだて</p> <p>あか</p> <p>き</p> <p>みどり</p>	20日	21日	22日	23日	24日
	<p>さつまいもチップス</p> <p>発芽玄米入り平つくね</p> <p>クファージュシー</p> <p>シカムドゥチ</p>				
	<p>ドレスシング</p> <p>中華ポテト</p> <p>マーボー大根丼</p> <p>中華風温サラダ</p>				
	<p>5種の野菜入りメンチカツ</p> <p>白菜と厚揚げのうま煮</p> <p>Ca強化ごはん</p> <p>もずくスープ</p>				
<p>こんだて</p> <p>あか</p> <p>き</p> <p>みどり</p>	27日	28日	29日	30日	31日
	<p>白身フライ</p> <p>タマナーチャンプルー</p> <p>Ca強化ごはん</p> <p>チムシンジ</p>				
	<p>キャベツのメンチカツ</p> <p>もずく丼</p> <p>みそ汁</p>				
	<p>きんぴら肉団子</p> <p>筑前煮</p> <p>Ca強化ごはん</p> <p>アーサ汁</p>				
<p>あか</p> <p>き</p> <p>みどり</p>	<p>メロンゼリー</p> <p>ドレッシング</p> <p>カレーポテトコロッケ</p> <p>スパゲティミートソ</p> <p>コールスローサラダ</p>				
	<p>ホキ天玉揚げ</p> <p>青菜の煮浸し</p> <p>Ca強化ごはん</p> <p>豚汁</p>				
	<p>鶏肉の生姜焼き</p> <p>水戻し大豆ミンチ</p> <p>豚肉</p> <p>木綿豆腐</p>				
	<p>きんぴら肉団子</p> <p>筑前煮</p> <p>Ca強化ごはん</p> <p>アーサ汁</p>				
<p>あか</p> <p>き</p> <p>みどり</p>	<p>メロンゼリー</p> <p>ドレッシング</p> <p>カレーポテトコロッケ</p> <p>スパゲティミートソ</p> <p>コールスローサラダ</p>				
	<p>鶏肉の生姜焼き</p> <p>水戻し大豆ミンチ</p> <p>豚肉</p> <p>木綿豆腐</p>				
	<p>鶏肉の生姜焼き</p> <p>水戻し大豆ミンチ</p> <p>豚肉</p> <p>木綿豆腐</p>				
	<p>きんぴら肉団子</p> <p>筑前煮</p> <p>Ca強化ごはん</p> <p>アーサ汁</p>				
<p>あか</p> <p>き</p> <p>みどり</p>	<p>メロンゼリー</p> <p>ドレッシング</p> <p>カレーポテトコロッケ</p> <p>スパゲティミートソ</p> <p>コールスローサラダ</p>				
	<p>鶏肉の生姜焼き</p> <p>水戻し大豆ミンチ</p> <p>豚肉</p> <p>木綿豆腐</p>				
	<p>鶏肉の生姜焼き</p> <p>水戻し大豆ミンチ</p> <p>豚肉</p> <p>木綿豆腐</p>				
	<p>きんぴら肉団子</p> <p>筑前煮</p> <p>Ca強化ごはん</p> <p>アーサ汁</p>				
<p>あか</p> <p>き</p> <p>みどり</p>	<p>メロンゼリー</p> <p>ドレッシング</p> <p>カレーポテトコロッケ</p> <p>スパゲティミートソ</p> <p>コールスローサラダ</p>				
	<p>鶏肉の生姜焼き</p> <p>水戻し大豆ミンチ</p> <p>豚肉</p> <p>木綿豆腐</p>				
	<p>鶏肉の生姜焼き</p> <p>水戻し大豆ミンチ</p> <p>豚肉</p> <p>木綿豆腐</p>				
	<p>きんぴら肉団子</p> <p>筑前煮</p> <p>Ca強化ごはん</p> <p>アーサ汁</p>				

※材料、その他の都合により献立を変更することがあります。

令和6年5月

## 献立表(アレルギー)

1. 予定献立表(アレルギー詳細)は、食品衛生法に定められている28品目を表示しています。

表示義務 8品目	表示の推奨 20品目
卵 乳 小麦 ソバ 落花生 エビ カニ クルミ	アワビ イカ イクラ オレジン キウイ 牛肉 サケ サバ 大豆 鶏肉 パナナ モモ 山芋 リンゴ ゼラチン カシューナッツ ゴマ アーモンド 豚肉 マツタケ

※海産類(モズク・アーサー・シラス)は収穫の際、エビ、カニが混ざる漁法で採取されていることから、「エビ、カニ」が混入することがあります。  
 ※アサリには、カニが共生しています。  
 ※揚げ油に使用する油は、3回程度 同一の油を使用しています。(※前回使用した食材の成分が混入している可能性があります。)  
 ※食品を製造する際に、原材料として使用していないにも関わらず、同じ製造ライン又は同じ製造工場内で生産されている別の製品の  
 アレルギー物質が微量に混入してしまうことがあります。  
 これらについては記載しておりません。詳細については南天Okinawaまでお問合せ下さい。

日付	こんだて	食材名	調味料
1(水)	Ca強化ごはん	精白米、カルシウム米	
	国産豚肉コロッケ	国産豚肉コロッケ(小麦、大豆、豚肉)、調合油	
	中華炒め	ピーマン、三色ピーマン、豚肉、たけのこ、にんじん、きくらげ、調合油	おろししょうが、しょうゆ(小麦、大豆)、オイスターソース(大豆、魚介類)、シママース、料理酒、かたくり粉、三温糖
	コンスープ	クリームソー、スイートコーン、たまねぎ	シママース、チキンガラスープ(鶏肉)、かたくり粉、パセリ、三温糖
2(木)	雑穀ごはん	精白米、国産五穀米、カルシウム米	
	ハンバーグ(ケチャップソースかけ)	国産ミートハンバーグ(大豆、鶏肉、豚肉)、ケチャップ	三温糖
	きゅうりとキャベツのゆかり和え みそ汁	キャベツ、きゅうり、とりさきみちゃんク(鶏肉)、赤パプリカ、ゆかり 沖縄豆腐(大豆)、にんじん、わかめ、長ねぎ、かつお節	うすくちしょうゆ(小麦、大豆)、シママース 白みそ(大豆)、赤みそ(大豆)
7(火)	Ca強化ごはん	精白米、カルシウム米	
	鶏肉の生妻焼き 鞋チャンプルー	鶏肉の生妻焼き(大豆、小麦) キャベツ、たまねぎ、豚肉、にんじん、湿麩(小麦、大豆)、もやし、にら、調合油	しょうゆ(小麦、大豆)、こしょう、シママース
	魚ソメ汁	魚ソメ汁、小松菜、たまねぎ、なると、かつお節	うすくちしょうゆ(小麦、大豆)、シママース
8(水)	Ca強化ごはん	精白米、カルシウム米	
	ゴーヤカレー	豚肉、たまねぎ、じゃがいも、にんじん、ゴーヤ、調合油	おろしにんにく、カレーフレーク(小麦)、乳なしマーガリン(大豆)、小麦粉(小麦)、カレー粉、しょうゆ(小麦、大豆)、ウスターソース(大豆、りんご)、ガラスープスタンダード(鶏肉、豚肉、りんご)
	チキンカツ フルーツポンチ	国産鶏肉のチキンカツ(小麦、大豆、鶏肉)、調合油 みかん、黄桃(もも)、パイナップル、カクテルゼリー(大豆、もも、りんご)、ナタデココ	ポッカレモン
9(木)	わかめごはん	精白米、カルシウム米、焼き込みわかめ	
	千切りイリチー まぐろのやわらかカツ	千切り大根、にんじん、豚肉、絹さや、かつお節、調合油 まぐろのやわらかカツ(小麦、大豆)、調合油	しょうゆ(小麦、大豆)、三温糖、本みりん、シママース
	けんちん汁	豚肉、だいこん、里芋、にんじん、ごぼう、かつお節	おろししょうが、シママース、うすくちしょうゆ(小麦、大豆)、三温糖
10(金)	Ca強化ごはん	精白米、カルシウム米	
	赤魚の白みそソースかけ ひじきの五目炒め ゆし豆腐	赤魚 豚肉、ほしひじき、にんじん、こんにゃく、もやし、チキアギ、にら、調合油、かつお節 ゆし豆腐(大豆)、ねぎ、かつお節	シママース、こしょう、料理酒、白みそ(大豆)、三温糖、うすくちしょうゆ(小麦、大豆)、かたくり粉 しょうゆ(小麦、大豆)、本みりん、三温糖、料理酒、シママース シママース、うすくちしょうゆ(小麦、大豆)
	Ca強化ごはん	精白米、カルシウム米	
13(月)	ちくわの磯節天ぷら 豚肉のみそ炒め 若竹汁	ちくわ磯節天ぷら(小麦、大豆)、調合油 豚肉、キャベツ、たまねぎ、にんじん、グリーンアスパラ、調合油 たけのこ、にんじん、絹ごし豆腐(大豆)、わかめ、ねぎ、かつお節	おろしにんにく、料理酒、白みそ(大豆)、しょうゆ(小麦、大豆)、三温糖 うすくちしょうゆ(小麦、大豆)、シママース
	Ca強化ごはん	精白米、カルシウム米	
	鯖の塩焼き きんぴらごぼう 沖縄風みそ汁	さば ごぼう、にんじん、絹さや、こんにゃく、白ごま、調合油、ごま油(ごま) とうがん、にんじん、ほうれん草、沖縄豆腐(大豆)、無塩漬ホークランチオンミート(豚肉、鶏肉)、かつお節	シママース 穀物酢(小麦)、三温糖、うすくちしょうゆ(小麦、大豆)、シママース、料理酒、本みりん 白みそ(大豆)
15(水)	Ca強化ごはん	精白米、カルシウム米	
	回鍋肉 ビッグ肉団子 わかめとなるとの中華スープ	三枚肉(豚肉)、キャベツ、ピーマン、にんじん、もやし、長ねぎ、調合油 ビッグ肉団子(小麦、ごま、大豆、鶏肉、豚肉、りんご) 鶏肉、わかめ、なると、ねぎ、白ごま	おろしにんにく、豆ばん醬、三温糖、料理酒、しょうゆ(小麦、大豆)、赤みそ(大豆)、シママース、こしょう、かたくり粉 シママース、うすくちしょうゆ(小麦、大豆)、チキンガラスープ(鶏肉)
	Ca強化ごはん	精白米、カルシウム米	
16(木)	タコライス(チーズなし) チキンスープ マスカットゼリー	含むき肉(豚肉、牛肉)、大豆の華、たまねぎ、にんじん、トマトダイズ、調合油、キャベツ 鶏肉、たまねぎ、三色ピーマン、セロリー、豆乳(大豆)、調合油 マスカットゼリー	パプリカパウダー、チリパウダー、ケチャップ、しょうゆ(小麦、大豆)、シママース、三温糖、おろししょうが、おろしにんにく、ウスターソース(大豆、りんご) シママース、こしょう、チキンガラスープ(鶏肉)、かたくり粉
	Ca強化ごはん	精白米、カルシウム米	
	八宝菜 春巻き ラビオリスープ	豚肉、しいたけ、きくらげ、にんじん、たけのこ、はくさい、ちんげん菜、なると、ごま油(ごま)、調合油 おいしい春巻き(小麦、豚肉、大豆)、調合油 鶏肉、ラビオリ(小麦、鶏肉、豚肉、大豆)、小松菜、ごま油(ごま)	おろしにんにく、おろししょうが、しょうゆ(小麦、大豆)、中華ペースト(小麦、大豆、ごま、鶏肉、豚肉、魚介類)、オイスターソース(大豆、魚介類)、三温糖、シママース、チキンガラスープ(鶏肉)、かたくり粉 シママース、チキンガラスープ(鶏肉)、ガラスープスタンダード(鶏肉、豚肉、りんご)、かたくり粉
20(月)	Ca強化ごはん	精白米、カルシウム米	
	マポー大根丼 中華風温サラダ 中華ポテト	だいこん、木綿豆腐(大豆)、豚肉、水戻し大豆ミンチ(大豆)、たまねぎ、にら、調合油、ごま油(ごま) ブロッコリー、もやし、スイートコーン、とりさきみちゃんク(鶏肉) 中華ポテト	おろししょうが、おろしにんにく、三温糖、しょうゆ(小麦、大豆)、赤みそ(大豆)、料理酒、かたくり粉、豆ばん醬、ガラスープスタンダード(鶏肉、豚肉、りんご)、オイスターソース(大豆、魚介類) パンハンジードレッシング(小麦、ごま、ゼラチン、大豆、鶏肉、豚肉)
	Ca強化ごはん	精白米、カルシウム米	
21(火)	クワージュシー 発芽玄米入り平つくね シナムドゥチこんにゃく デザート(さつまいもチップス)	精白米、三枚肉(豚肉)、白かまぼこ、ごぼう、にんじん、しいたけ、ほしひじき、ねぎ、かつお節、調合油 発芽玄米入り平つくね(小麦、鶏肉、豚肉、大豆) イナムドゥチこんにゃく、豚肉、だいこん、白かまぼこ、しいたけ、ねぎ、かつお節 さつまいもチップス	しょうゆ(小麦、大豆)、料理酒、シママース、本みりん うすくちしょうゆ(小麦、大豆)、シママース
	Ca強化ごはん	精白米、カルシウム米	
	白菜と厚揚げのうま煮 5種の野菜入り国産豚肉メンチカツ もずくスープ	白菜、厚揚げ(大豆)、しいたけ、鶏肉、にんじん、小松菜、調合油 5種の野菜入り国産豚肉メンチカツ(小麦、大豆、豚肉)、調合油 もずく、にんじん、ねぎ、白ごま、かつお節	おろししょうが、しょうゆ(小麦、大豆)、本みりん、シママース、三温糖、かたくり粉 うすくちしょうゆ(小麦、大豆)、シママース、おろししょうが
23(木)	スパゲティミートソース カレーポテトコロッケ コルスローサラダ メロンゼリー	茹パグチー(小麦、豚肉、水戻し大豆ミンチ(大豆)、たまねぎ、にんじん、ピーマン、トマトダイズ)、調合油 カレーポテトコロッケ(小麦、豚肉、大豆)、調合油 キャベツ、きゅうり、にんじん、とりさきみちゃんク(鶏肉)、スイートコーン メロンゼリー	おろしにんにく、おろししょうが、しょうゆ(小麦、大豆)、中華ペースト(小麦、大豆、ごま、鶏肉、豚肉、魚介類)、オイスターソース(大豆、魚介類)、三温糖、シママース、チキンガラスープ(鶏肉)、かたくり粉 シママース、チキンガラスープ(鶏肉)、ガラスープスタンダード(鶏肉、豚肉、りんご)、かたくり粉 コルスロードレッシング
	Ca強化ごはん	精白米、カルシウム米	
	ホキ天玉揚げ 青菜の煮浸し 豚汁	ホキ天玉揚げ(青さ入り)(小麦・大豆)、調合油 小松菜、油揚げ(大豆)、白ごま、かつお節 豚肉、にんじん、だいこん、里芋、長ねぎ、イナムドゥチこんにゃく、かつお節	しょうゆ(小麦、大豆)、本みりん、三温糖、シママース 白みそ(大豆)、赤みそ(大豆)
27(月)	Ca強化ごはん	精白米、カルシウム米	
	もずく丼 キャベツのメンチカツ みそ汁	もずく、たまねぎ、たけのこ、三色ピーマン、鶏肉、スイートコーン、大豆の華、調合油 国産キャベツのメンチカツ(小麦、豚肉、鶏肉、大豆)、調合油 だいこん、小松菜、厚揚げ、かつお節	こいくちしょうゆ(小麦、大豆)、本みりん、三温糖、おろししょうが、おろしにんにく、シママース、かたくり粉、ガラスープスタンダード(鶏肉、豚肉、りんご)、こしょう 白みそ(大豆)、赤みそ(大豆)
	Ca強化ごはん	精白米、カルシウム米	
28(火)	Ca強化ごはん	精白米、カルシウム米	
	自身フライ タナーチャンプルー チムンジ	自身フライ(小麦、大豆)、調合油 キャベツ、もやし、にんじん、木綿豆腐(大豆)、無塩漬コンビーフハンシュ(牛肉)、にら、調合油 豚肉、豚レバー(豚肉)、じゃがいも、にんじん、かつお節	しょうゆ(小麦、大豆)、シママース しょうゆ(小麦、大豆)、シママース 料理酒、白みそ(大豆)、おろしにんにく、おろししょうが
	Ca強化ごはん	精白米、カルシウム米	
29(水)	Ca強化ごはん	精白米、カルシウム米	
	筑前煮 きんぴら肉団子 アーサ汁	鶏肉、だいこん、こんにゃく、たけのこ、にんじん、ごぼう、ちくわ、しいたけ、絹さや、調合油、かつお節 きんぴら肉団子(大豆、鶏肉、豚肉、りんご、ごま) アーサ汁、絹ごし豆腐(大豆)、かつお節	しょうゆ(小麦、大豆)、本みりん、料理酒、三温糖、シママース うすくちしょうゆ(小麦、大豆)、シママース、おろししょうが、料理酒
	Ca強化ごはん	精白米、カルシウム米	
30(木)	Ca強化ごはん	精白米、カルシウム米	
	チキンカレー ローストンカツ 彩り温サラダ	鶏肉、たまねぎ、じゃがいも、にんじん、調合油 ローストンカツ(小麦、豚肉、大豆)、調合油 ブロッコリー、だいこん、きゅうり、とりさきみちゃんク(鶏肉)、にんじん	おろしにんにく、カレーフレーク(小麦)、乳なしマーガリン(大豆)、小麦粉(小麦)、カレー粉、しょうゆ(小麦、大豆)、ウスターソース(大豆、りんご)、ガラスープスタンダード(鶏肉、豚肉、りんご)、三温糖 うすくちしょうゆ(小麦、大豆)、シママース、おろししょうが
	Ca強化ごはん	精白米、カルシウム米	
31(金)	Ca強化ごはん	精白米、カルシウム米	
	ピラフ 鶏肉のバーベキューソースかけ ABCマカロニスープ 果物(りんご)	精白米、無塩漬ウインナーソーセージ(豚肉)、たまねぎ、にんじん、グリーンピース、スイートコーン、調合油 鶏肉、ケチャップ ABCマカロニスープ(小麦)、鶏肉、たまねぎ、にんじん、セロリー りんご	シママース、こしょう、三温糖、チキンガラスープ(鶏肉) シママース、こしょう、ケチャップ、BBQソース(小麦、大豆、パナナ、りんご)、三温糖、穀物酢(小麦)、しょうゆ(小麦、大豆)、かたくり粉 シママース、こしょう、うすくちしょうゆ(小麦、大豆)、チキンガラスープ(鶏肉)

## 食材産地一覧表

令和    年    月

※出荷状況、天候等により変更する場合があります。

食品名	産地	食品名	産地
精白米	香川、大分	えのきたけ	長崎、他
押し麦	福井、富山、石川	しめじ	福岡
		なめこ	長崎
鶏卵	沖縄	さといも	鹿児島、熊本、宮崎
牛肉	カナダ、オーストラリア、他	さつまいも	鹿児島
豚肉	デンマーク、スペイン、他	ブロッコリー	エクアドル
鶏肉	ブラジル		
無塩漬ベーコン	沖縄	たけのこ	熊本、鹿児島
無塩漬ハム	沖縄	三色ピーマン	中国
無塩漬ウィンナー	沖縄	絹さや	グアテマラ
無塩漬コンビーフハッシュ	オーストラリア、ニュージーランド 他	千切り大根	鹿児島
玉ねぎ	佐賀、他	こんにゃく	沖縄
じゃがいも	鹿児島、沖縄、他	麩	アメリカ、カナダ
にんじん	熊本、大分、長崎 他	わかめ	韓国
大根	鹿児島、宮崎、他	ひじき	韓国
		昆布	北海道
ほうれん草	九州、他	もずく	沖縄
とうがん	沖縄、他	アーサ	沖縄
ごぼう	青森、台湾、他	きくらげ	中国
からしな	沖縄	椎茸	中国
もやし	沖縄、九州、他	かつお節	鹿児島
セロリー	沖縄、他	豆腐	沖縄
白菜	鹿児島、宮崎、他	油揚げ	沖縄
キャベツ	九州、他	ミックスビーンズ	メキシコ、ニュージーランド、アメリカ
きゅうり	沖縄、宮崎、熊本、佐賀、他		
グリーンピース	ニュージーランド	白かまぼこ	タイ、アメリカ
グリーンアスパラ	チリ、ペルー	チキアギ	沖縄
小松菜	九州、他	ちくわ	タイ
チンゲンサイ	九州、他	なると	タイ、アメリカ
パクチョイ	沖縄	魚ソーメン	タイ、インド、ミャンマー
にがうり	沖縄		
スイートコーン	タイ	ホキ	ニュージーランド、オーストラリア 他
にら	高知、九州、他	赤魚	ノルウェー、アメリカ、ロシア
ねぎ	福岡、大分、他	サバ	ノルウェー
長ねぎ	関東、九州、他	まぐろ	沖縄
ピーマン	沖縄、佐賀、茨城、他		
黄パプリカ	韓国、他	りんご	青森、長野
赤パプリカ	韓国、他	バナナ	フィリピン