

【釜子小学校】



テクノエーピーTN300Bベクレルモニター シンチレーション検出器
学校給食用食材の使用判断基準 25Bq/kg

件数	検査日	検査品目	産地	検査値	給食提供日	備考
1	10/1	にら	茨城県	不検出	10月5日	
2	10/1	豆腐	白河市	不検出	10月5日	
3	10/1	バナナ	フィリピン	不検出	10月5日	
4	10/1	かのこいか	ペルー	不検出	10月5日	
5	10/1	給食丸ごと	—	不検出	10月1日	
6	10/5	豚もも肉	福島県	不検出	10月7日	
7	10/5	きゅうり	福島県	不検出	10月7日	
8	10/5	油揚げ	郡山市	不検出	10月7日	
9	10/5	舞茸	静岡県	不検出	10月7日	
10	10/5	給食丸ごと	—	不検出	10月5日	
11	10/6	生揚げ	郡山市	不検出	10月8日	
12	10/6	青ピーマン	茨城県	不検出	10月8日	
13	10/6	キャベツ	群馬県	不検出	10月8日	
14	10/6	給食丸ごと	—	不検出	10月6日	
15	10/7	鶏もも肉	岩手県	不検出	10月13日	
16	10/7	人参	北海道	不検出	10月13日	
17	10/7	大根	北海道	不検出	10月13日	
18	10/7	サケ	千葉県	不検出	10月12日	
19	10/7	給食丸ごと	—	不検出	10月7日	
20	10/12	ロースハム	高崎市	不検出	10月14日	
21	10/12	ごぼう	群馬県	不検出	10月14日	
22	10/12	油揚げ	郡山市	不検出	10月14日	
23	10/12	卵	中島村	不検出	10月14日	
24	10/12	給食丸ごと	—	不検出	10月12日	
25	10/13	ロースとんかつ	香川県	不検出	10月14日	
26	10/13	ホキフライ	千葉県	不検出	10月14日	
27	10/13	板こんにゃく	石川町	不検出	10月15日	
28	10/13	給食丸ごと	—	不検出	10月13日	
29	10/14	鶏もも肉	岩手県	不検出	10月15日	
30	10/14	キャベツ	福島県	不検出	10月15日	
31	10/14	きゅうり	福島県	不検出	10月15日	
32	10/14	えのき茸	福島県	不検出	10月15日	
33	10/14	給食丸ごと	—	不検出	10月14日	
34	10/15	豚もも肉	福島県	不検出	10月19日	

35	10/15	糸こんにゃく	石川町	不検出	10月19日	
36	10/15	木綿豆腐	白河市	不検出	10月19日	
37	10/15	給食丸ごと	—	不検出	10月15日	
38	10/19	人参	北海道	不検出	10月21日	
39	10/19	イカフライ	中国	不検出	10月21日	
40	10/19	なめこ	郡山市	不検出	10月21日	
41	10/19	給食丸ごと	—	不検出	10月19日	
42	10/20	もやし	郡山市	不検出	10月21日	
43	10/20	焼き豆腐	郡山市	不検出	10月21日	
44	10/20	白菜	福島県	不検出	10月21日	
45	10/20	給食丸ごと	—	不検出	10月19日	
46	10/21	牛もも肉	オーストラリア	不検出	10月21日	
47	10/21	にら	茨城県	不検出	10月21日	
48	10/21	木綿豆腐	白河市	不検出	10月21日	
49	10/21	柿	奈良県	不検出	10月19日	
50	10/21	給食丸ごと	—	不検出	10月21日	
51	10/22	キャベツ	福島県	不検出	10月23日	
52	10/22	卵	中島村	不検出	10月23日	
53	10/22	給食丸ごと	—	不検出	10月22日	
54	10/23	豚ひき肉	福島県	不検出	10月26日	
55	10/23	さつま揚げ	宮城県	不検出	10月26日	
56	10/23	ごぼう	青森県	不検出	10月26日	
57	10/23	給食丸ごと	—	不検出	10月23日	
58	10/26	ベーコン	高崎市	不検出	10月28日	
59	10/26	きゅうり	福島県	不検出	10月28日	
60	10/26	さば切身	ノルウェー	不検出	10月28日	
61	10/26	給食丸ごと	—	不検出	10月26日	
62	10/27	鶏もも肉	岩手県	不検出	10月29日	
63	10/27	人参	北海道	不検出	10月29日	
64	10/27	キャベツ	千葉県	不検出	10月29日	
65	10/27	給食丸ごと	—	不検出	10月27日	
66	10/28	豚もも肉	福島県	不検出	10月30日	
67	10/28	給食丸ごと	—	不検出	10月28日	
68	10/29	ほうれん草	福島県	不検出	11月2日	
69	10/29	大根	福島県	不検出	11月2日	
70	10/29	給食丸ごと	—	不検出	10月29日	
71	10/30	もやし	郡山市	不検出	11月4日	
72	10/30	チンゲン菜	茨城県	不検出	11月4日	
73	10/30	笹かまぼこ	宮城県	不検出	11月4日	
74	10/30	給食丸ごと	—	不検出	10月30日	



10月 給食よていこんだてひょう

令和2年度

白河市立釜子小学校

日	曜	献立名	あか 血や肉など体をつくる もとなるもの	みどり 体の調子を整える もとなるもの	きいろ 熱や力を出す もとなるもの	家で食べて ほしい食品	栄養価						
							エネルギー	タンパク質	脂質	食塩 相当量			
1	木	<お月見献立> 芋煮うどん 牛乳 磯あえ お月見だんご	ぎゅう肉 豆腐	牛乳 のり	にんじん ほうれんそう	だいこん ごぼう しめじはくさい ねぎもやし	ソフトめん 里いち さとう お月見だんご	ごめ油	く だ も の	(kcal) 594	(g) 25.4	(g) 12.5	(g) 2.3
2	金	お弁当持参日											
5	月	豚キムチチャーハン(たまご入り) 牛乳 もやしとにらのナムル 中華コンスープ 巨峰	ぶた肉 たまご いか 豆腐	牛乳	にんじん にら ほうれんそう	だけのこ はくさい ねぎもやし 干しいだけ コーン 巨峰	ごはん さとう かたくり粉	ごめ油 ごま ごま油	さ か な	601	21.5	19.6	3.1
6	火	栗ごはん 牛乳 さんまかば焼き キャベツの浅漬け まいたけのみそ汁	さんま 油揚げ みそ	牛乳 煮干し	にんじん	きゅうり キャベツ まいたけ だいこん ねぎ	ごはん さとう	くり ごま ごめ油	か い そ う	665	22.5	22.3	2.5
7	水	ごはん 牛乳 味付きおかか 厚焼き玉子 ぶた肉 生揚げ みそ 豚肉とキャベツのみそ炒め えのきスープ	味付きおかか 厚焼き玉子 ぶた肉 生揚げ みそ なると	牛乳	ピーマン にんじん	キャベツ 干しいだけ 玉ねぎ えのきだけ	ごはん じゃがいも	ごめ油	に ゆ う せ い ひ ん	603	24.1	19.3	2
8	木	お弁当持参日											
9	金	お弁当持参日											
12	月	ごはん 牛乳 鮭の塩焼き 五目きんぴら じゃがいものみそ汁	鮭とり肉 さつま揚げ 生揚げ みそ	牛乳 わかめ 煮干し	にんじん いんげん	ごぼう 干しいだけ 玉ねぎ	ごはん さとう じゃがいも	ごめ油 ごま	く だ も の	601	27.2	17.1	2.5
13	火	コッペパン 牛乳 マーシャルピーンズ(チョコ大豆ペースト) 鶏肉のオニオンソースがけ さつまいものサラダ コンソメスープ	とり肉 ハム 大豆	牛乳	パセリ にんじん	玉ねぎ きゅうり キャベツ コーン しめじ	コッペパン さとう さつまいも チョコレート	ごめ油 マヨネーズ	か い そ う	640	26.1	24.0	1.8
14	水	<えらんで食べる給食> ソースカツ丼or白身魚フライ丼 牛乳 干草あえ 豆腐のみそ汁	トンカツ 白身魚フライ たまご 豆腐 みそ	牛乳 わかめ 煮干し	ほうれんそう にんじん	キャベツ もやし だいこん ねぎ	ごはん さとう	ごめ油	に ゆ う せ い ひ ん	609	22.5	18.8	2.5
15	木	きつねうどん 牛乳 油揚げあまから煮 切り干し大根サラダ りんごとさつまいもの蒸しパン(たまご入り)	とり肉 なると 油揚げ ハム たまご	牛乳	ごまつな にんじん	ごぼう 干しいだけ ねぎ キャベツ きゅうり 切り干しだいこん りんご	ソフトめん さとう ホットケーキミックス さつまいも	ごま油 ごま	さ か な	714	27.7	19.3	2.2
16	金	お弁当持参日											
19	月	<かみかみ献立> ごはん 牛乳 鶏肉とこんにゃくのごまみそあえ ほうれん草とえのきのおひたし 里いものみそ汁	とり肉 みそ 油揚げ かつお節	牛乳 煮干し	ほうれんそう にんじん	えのきだけ キャベツ ごぼう だいこん ねぎ	ごはん こんにゃく さとう 里いも	ごめ油 ごま	ま め る い	614	23.3	15.1	2.2
20	火	黒糖パン 牛乳 ツナサラダ ポークピーンズ りんご	ツナ ぶた肉 金時豆 大福豆 大豆	牛乳	にんじん トマト	キャベツ きゅうり コーン 玉ねぎ りんご	コッペパン さとう じゃがいも	ごめ油	か い そ う	655	23.8	17.7	2.1
21	水	五目ごはん 牛乳 いかフライ 大根の塩昆布あえ なめこ汁	とり肉 油揚げ いかフライ 豆腐 みそ	牛乳 昆布 煮干し	にんじん	干しいだけ ごぼう だいこん きゅうり なめこ ねぎ	ごはん こんにゃく じゃがいも	ごめ油 ごま油	た ま ご	576	22.8	16.8	2.5
22	木	チキンクリームスパゲティ 牛乳 ウィンナー玉子ロール 青大豆のサラダ	とり肉 ウィンナー玉子ロール ツナ 青大豆	牛乳 生クリーム	パセリ にんじん	玉ねぎ キャベツ レンコン マッシュルーム	スパゲティ じゃがいも	ごめ油 バター ごま	く だ も の	696	30.8	26.5	1.9
23	金	<せんいたつぷり献立> ごはん 牛乳 納豆 ごま酢あえ(たまご入り) すき焼き煮 柿	納豆 たまご きゅうり 豆腐	牛乳 わかめ	にんじん	もやし きゅうり はくさい ねぎ 干しいだけ えのきだけ 柿	ごはん さとう こんにゃく 華麩	ごま ごま油 ごめ油	さ か な	612	27.7	16.1	1.6
26	月	ごはん 牛乳 春巻き 中華サラダ マーボー豆腐	ぶた肉 みそ 豆腐 くらげ 春巻き	牛乳	にんじん にら	キャベツ きゅうり ねぎ 干しいだけ だけのこ	ごはん マロニー さとう かたくり粉	ごめ油 ごま ごま油	か い そ う	668	24.3	22.4	2.4
27	火	胚芽食パン 牛乳 ブルーベリージャム ポテトチーズ焼き コーンサラダ たまごスープ	ベーコン たまご	牛乳 チーズ	フロッコリー にんじん ほうれんそう	玉ねぎ しめじ キャベツ コーン ねぎ ブルーベリー	胚芽食パン じゃがいも ジャム	ごめ油	く だ も の	636	26.3	21.8	2.5
28	水	ごはん 牛乳 さばのねぎみそ焼き うのはな炒り煮 えのきのみそ汁	さば みそ おから とり肉 さつま揚げ	牛乳 煮干し	にんじん ごまつな	ねぎ 干しいだけ ごぼう えのきだけ 玉ねぎ	ごはん さとう こんにゃく じゃがいも	ごめ油	た ま ご	589	26.4	16.3	2.2
29	木	しょうゆラーメン 牛乳 煮たまご じゃこあえ	ぶた肉 なると 煮たまご	牛乳 ちりめんじゃこ わかめ	ごまつな	もやし ねぎ メンマ コーン キャベツ きゅうり	中華めん さとう	ごま油 ごめ油 ごま	く だ も の	579	28.3	16.8	2.1
30	金	ポークカレーライス 牛乳 海藻サラダ かぼちゃプリン	ぶた肉 青大豆	牛乳 わかめ 昆布	にんじん パセリ かぼちゃ	玉ねぎ キャベツ りんご	麦ごはん じゃがいも こんにゃく プリン	ごめ油	さ か な	686	22.9	18.5	2.4

計18食 ※材料の都合により、献立が変更になる場合がありますのでご了承ください。

〇10月1日(木)は「十五夜」ですよ～。

一年で一番美しい十五夜の月を、ながめてみましょう。



<中学年目標量> ※低・高学年については主食の量で調整しています。				<10月平均量>			
エネルギー	たんばく質	脂質	食塩 相当量	エネルギー	たんばく質	脂質	食塩 相当量
650 kcal	21～32.5 g	14～22 g	2 g 未満	630 kcal	25.2 g	18.9 g	2.3 g