

【小野田小学校】



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	12/1	給食丸ごと	—	不検出	12月1日	
2	12/1	すりおろしりんご	長野県	不検出	12月2日	
3	12/1	もやし	福島県	不検出	12月2日	
4	12/1	生揚げ	郡山市	不検出	12月2日	
5	12/2	給食丸ごと	—	不検出	12月2日	
6	12/2	カットいんげん	北海道	不検出	12月4日	
7	12/3	給食丸ごと	—	不検出	12月3日	
8	12/3	つきこんにゃく	石川町	不検出	12月4日	
9	12/3	もやし	福島県	不検出	12月4日	
10	12/3	豚もも肉	福島県	不検出	12月4日	
11	12/4	給食丸ごと	—	不検出	12月4日	
12	12/4	青ピーマン	茨城県	不検出	12月7日	
13	12/4	キャベツ	福島県	不検出	12月7日	
14	12/4	きゅうり	福島県	不検出	12月7日	
15	12/4	なめこ	福島県	不検出	12月7日	
16	12/7	給食丸ごと	—	不検出	12月7日	
17	12/7	ベーコン	群馬県	不検出	12月8日	
18	12/7	さけ	ロシア	不検出	12月9日	
19	12/8	給食丸ごと	—	不検出	12月8日	
20	12/8	木綿豆腐	白河市表郷	不検出	12月9日	
21	12/8	糸こんにゃく	石川町	不検出	12月9日	
22	12/8	さつまいも	茨城県	不検出	12月10日	
23	12/9	給食丸ごと	—	不検出	12月9日	
24	12/9	ごぼう	青森県	不検出	12月10日	
25	12/9	キャベツ	福島県	不検出	12月10日	
26	12/9	鶏もも肉皮なし	岩手県	不検出	12月10日	
27	12/9	ソファール	福島県	不検出	12月11日	
28	12/10	給食丸ごと	—	不検出	12月10日	
29	12/10	すりおろしりんご	長野県	不検出	12月11日	
30	12/10	きゅうり	福島県	不検出	12月11日	
31	12/11	給食丸ごと	—	不検出	12月11日	
32	12/11	木綿豆腐	白河市表郷	不検出	12月14日	
33	12/11	もやし	福島県	不検出	12月14日	
34	12/11	えのき	新潟県	不検出	12月14日	

35	12/14	給食丸ごと	—	不検出	12月14日	
36	12/14	きゅうり	福島県	不検出	12月15日	
37	12/14	キャベツ	福島県	不検出	12月15日	
38	12/15	給食丸ごと	—	不検出	12月15日	
39	12/15	つきこんにゃく	石川町	不検出	12月16日	
40	12/15	豚もも肉	福島県	不検出	12月16日	
41	12/16	給食丸ごと	—	不検出	12月16日	
42	12/16	青ピーマン	茨城県	不検出	12月17日	
43	12/16	もやし	福島県	不検出	12月17日	
44	12/16	レンコンスライス	青森県	不検出	12月17日	
45	12/17	給食丸ごと	—	不検出	12月17日	
46	12/17	みかんS	和歌山県	不検出	12月21日	
47	12/17	鶏ひき肉	岩手県	不検出	12月21日	
48	12/17	たまねぎスライス	北海道	不検出	12月21日	
49	12/21	給食丸ごと	—	不検出	12月21日	
50	12/21	きゅうり	福島県	不検出	12月22日	
51	12/21	しめじ	新潟県	不検出	12月22日	
52	12/21	鶏もも肉皮なし	岩手県	不検出	12月22日	
53	12/21	むきえびL	インドネシア	不検出	12月23日	
54	12/22	給食丸ごと	—	不検出	12月22日	
55	12/22	ヨーグルト	東京都	不検出	12月23日	
56	12/22	キャベツ	福島県	不検出	12月23日	
57	12/23	給食丸ごと	—	不検出	12月23日	



12月 給食よていこんだてひょう

令和2年度

白河市立小野田小学校

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 (kcal)	たんぱく質 (g)	脂 質 (g)	食塩 相当量 (g)		
1 火	五目ごはん 牛乳 きびなごカリカリフライ 白菜の浅漬け 里いも汁	油揚げ とり肉 豆腐 みそ きびなごフライ	牛乳 煮干し	にんじん 干しいたけ ごぼう はくさい だいこん きゅうり ねぎ	ごはん こんにゃく さとう 里いも	ごめ油	く だ も の	561	21.1	18.3	1.7
2 水	ごはん 牛乳 バラ焼き ほうれん草のあえもの 大根のみそ汁	ふた肉 かまぼこ 生揚げ みそ	牛乳 わかめ 煮干し	ほうれんそう にんじん 玉ねぎ だいこん りんご ねぎ もやし	ごはん こんにゃく さとう	ごめ油	さ か な	559	24.7	15.1	2
3 木	しょうゆラーメン 牛乳 ギョウザ ごぼうチップス	とり肉 なると ギョウザ	牛乳	こまつな もやし ねぎ メンマ ごぼう	中華めん さとう	ごま ごめ油	た ま ご	604	23.8	16.4	2.2
4 金	<せんいたっぷり献立> ごはん 牛乳 納豆 磯あえ 肉じゃが オレンジ	納豆 ふた肉	牛乳 のり	ほうれんそう にんじん いんげん	ごはん じゃがいも こんにゃく さとう	ごめ油	にゅうせいひん	628	24.6	17	1.1
7 月	<かみかみ献立> 焼肉丼 牛乳 かみかみサラダ なめこのみそ汁 かみかみデザート(大豆・小魚)	ふた肉 みそ 大豆 いか 油揚げ	牛乳 煮干し	ピーマン にんじん もやし キャベツ りんご 玉ねぎ きゅうり ごぼう コーン なめこ だいこん ねぎ	ごはん さとう じゃがいも	ごめ油 ごま油 ごま	く だ も の	625	28.0	16.2	2.0
8 火	黒糖パン 牛乳 エビグラタン イタリアンサラダ オニオンスープ	とり肉 エビ ベーコン	牛乳 チーズ	にんじん こまつな 玉ねぎ キャベツ きゅうり コーン 干しいたけ	黒糖パン マカロニ パン粉	ごめ油	か い そ う	716	29.4	23.7	2.6
9 水	発芽玄米ごはん 牛乳 鮭の三味焼き 切り昆布の炒め煮 じゃがいものみそ汁	鮭 みそ 油揚げ とり肉 竹輪 豆腐	牛乳 昆布 煮干し	にんじん ねぎ 玉ねぎ しめじ	発芽玄米ごはん さとう こんにゃく じゃがいも	ごめ油 ごま	た ま ご	605	28.1	16.7	2.3
10 木	きつねうどん 牛乳 油揚げあまから煮 さつまいもの天ぷら 切り干し大根サラダ	とり肉 ツナ なると 油揚げ	牛乳	にんじん ほうれんそう 干しいたけ ごぼう ねぎ キャベツ きゅうり 切り干しだいこん	ソフトめん さとう さつまいも 小麦粉	ごめ油 ごま油 ごま	さ か な	692	26.7	20.9	2.1
11 金	ポークカレーライス(麦ごはん) 牛乳 海そうサラダ ヨーグルト	ふた肉	牛乳 昆布 わかめ ヨーグルト	にんじん 玉ねぎ りんご きゅうり キャベツ コーン	麦ごはん じゃがいも さとう	ごめ油 ごま油	く だ も の	729	23.0	20.3	2.5
14 月	ツナごはん 牛乳 厚焼き玉子 三色おひたし 玉ねぎのみそ汁	ツナ かつお節 豆腐 みそ 厚焼き玉子	牛乳 煮干し	にんじん ほうれんそう もやし 玉ねぎ えのきたけ	ごはん さとう じゃがいも	ごめ油	ま め る い	615	30.0	21.5	2.8
15 火	コッペパン 牛乳 いちごジャム フレンチサラダ ビーフシチュー りんご	ぎゅう肉	牛乳 生クリーム	にんじん トマト きゅうり キャベツ コーン 玉ねぎ マッシュルーム りんご	コッペパン いちごジャム さとう じゃがいも	ごめ油 バター	さ か な	660	23.1	21.0	2.2
16 水	ごはん 牛乳 ホッケの塩焼き 豚肉とヤーコンのピリ辛炒め 白菜と油揚げのみそ汁	ホッケ ふた肉 みそ 油揚げ	牛乳 わかめ 煮干し	にんじん はくさい ねぎ ヤーコン	ごはん こんにゃく さとう じゃがいも	ごめ油	た ま ご	574	25.6	16.0	2.7
17 木	焼きそば 牛乳 いかフライ シャキシャキサラダ	ふた肉 かつお節 いかフライ	牛乳	ピーマン にんじん ブロッコリー 玉ねぎ キャベツ もやし コーン レンコン ごぼう	焼きそばめん さとう	ごめ油	く だ も の	543	23.7	19.1	2.9
18 金	5・6年生見学学習のため お弁当持参日です。										
21 月	<冬至献立> ごはん 牛乳 手作りのかぼちゃコロッケ キャベツとツナのサラダ えのきのみそ汁 みかん	とり肉 たまご ツナ 青大豆 生揚げ みそ	牛乳 チーズ 煮干し	かぼちゃ にんじん こまつな 玉ねぎ キャベツ えのきたけ みかん	ごはん 小麦粉 パン粉	バター ごめ油	さ か な	709	25.7	21.2	2.1
22 火	食パン 牛乳 りんごジャム チキンサラダ ポトフ チーズ	とり肉 ウィンナー	牛乳 チーズ	にんじん キャベツ きゅうり 玉ねぎ だいこん グリーンピース しめじ	食パン りんごジャム じゃがいも	マヨネーズ	か い そ う	669	25.0	28.1	2.5
23 水	<クリスマスセレクト献立> エビピラフ 牛乳 タンダーチキン ブロッコリーサラダ わかめスープ クリスマスケーキ(チョコレートorストロベリー)	エビ とり肉	牛乳 ヨーグルト わかめ	にんじん ブロッコリー 玉ねぎ グリーンピース キャベツ コーン ねぎ	ごはん じゃがいも チョコレートケーキ ストロベリーケーキ	バター ごめ油	く だ も の	660	28.9	22.2	2.5
24 木	終業式のため 給食はありません。										

計16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。



冬休みの食生活

食べすぎや夜食のとりすぎ、不規則な食生活に気を付けよう

〈学校給食摂取基準 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。				〈12月平均量〉			
エネルギー	たんぱく質	脂質	食塩相当量	エネルギー	たんぱく質	脂質	食塩相当量
650 kcal	21~32.5 g	14~22 g	2 g 未満	634 kcal	25.7 g	19.6 g	2.3 g