

# 【表郷小学校】



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	1/7	お米	福島県	不検出	1月	
2	1/7	きゅうり	白河市表郷	不検出	1月12日	
3	1/7	和牛モモ肉	福島県	不検出	1月12日	
4	1/7	はるか	愛媛・高知県	不検出	1月12日	
5	1/8	人参	千葉県	不検出	1月13日	
6	1/8	大根	白河市表郷	不検出	1月13日	
7	1/12	給食丸ごと	—	不検出	1月12日	
8	1/12	いちご	白河市表郷	不検出	1月14日	
9	1/12	さつまいも	茨城県	不検出	1月14日	
10	1/12	キャベツ	茨城県	不検出	1月14日	
11	1/13	給食丸ごと	—	不検出	1月13日	
12	1/13	お米	福島県	不検出	1月	
13	1/13	ねぎ	白河市表郷	不検出	1月15日	
14	1/13	おから	白河市表郷	不検出	1月15日	
15	1/14	給食丸ごと	—	不検出	1月14日	
16	1/14	人参	千葉県	不検出	1月18日	
17	1/14	白菜	白河市表郷	不検出	1月18日	
18	1/15	給食丸ごと	—	不検出	1月15日	
19	1/15	きゅうり	栃木県	不検出	1月19日	
20	1/15	ニラ	福島県	不検出	1月19日	
21	1/15	豚ひき肉	福島県	不検出	1月19日	
22	1/18	給食丸ごと	—	不検出	1月18日	
23	1/18	じゃがいも	北海道	不検出	1月20日	
24	1/18	ねぎ	白河市表郷	不検出	1月20日	
25	1/18	納豆	白河市表郷	不検出	1月20日	
26	1/19	給食丸ごと	—	不検出	1月19日	
27	1/19	玉ねぎ	北海道	不検出	1月21日	

28	1/19	冷凍ブロッコリー	群馬県	不検出	1月21日	
29	1/20	給食丸ごと	—	不検出	1月20日	
30	1/20	お米	福島県	不検出	1月	
31	1/20	無塩漬けボンレススモーク	福島県	不検出	1月22日	
32	1/20	もやし	郡山市	不検出	1月22日	
33	1/21	給食丸ごと	—	不検出	1月21日	
34	1/21	ごぼう	栃木県	不検出	1月25日	
35	1/21	銀鮭切身	千葉県	不検出	1月25日	
36	1/22	給食丸ごと	—	不検出	1月22日	
37	1/22	国産豚ロース肉切身(塩麹味付き)	福島県	不検出	1月26日	
38	1/22	里芋(スライス)	千葉県	不検出	1月26日	
39	1/22	切りみつば	静岡県	不検出	1月26日	
40	1/25	給食丸ごと	—	不検出	1月25日	
41	1/25	大根	白河市表郷	不検出	1月27日	
42	1/25	五目厚焼き玉子	静岡県	不検出	1月27日	
43	1/25	鶏モモ肉	岩手県	不検出	1月27日	
44	1/26	給食丸ごと	—	不検出	1月26日	
45	1/26	じゃがいも	北海道	不検出	1月28日	
46	1/26	無塩漬けポークウィンナー	福島県	不検出	1月28日	
47	1/26	キャベツ	茨城県	不検出	1月28日	
48	1/27	給食丸ごと	—	不検出	1月27日	
49	1/27	お米	福島県	不検出	1月	
50	1/27	人参	千葉県	不検出	1月29日	
51	1/27	鉄・ca・食物繊維 強化とうふ	岐阜県	不検出	1月29日	
52	1/28	給食丸ごと	—	不検出	1月28日	
53	1/28	白菜	白河市表郷	不検出	2月1日	
54	1/28	ねぎ	白河市表郷	不検出	2月1日	
55	1/28	豚モモ肉	福島県	不検出	2月1日	
56	1/29	給食丸ごと	—	不検出	1月29日	
57	1/29	いわしのカリカリフライ	山口県	不検出	2月2日	
58	1/29	キャベツ	茨城県	不検出	2月2日	

# 1月学校給食予定献立表

令和3年 1月

白河市立表郷小学校

日	献立名	あか 血や肉など体をつくるもと になるもの	きいろ 熱や力を出すもと になるもの	みどり 体の調子を整えるもと になるもの	栄養価			
12 火	五目うどん 野菜かき揚げ わかめサラダ はるか	牛乳 なた肉 牛乳 油揚げ かき揚げ	牛乳 わかめ	ソフト麺 ほうれんそう にんじん かぼちゃ	ごぼう 椎茸 ねぎ 人参 キャベツ だいこん きゅうり とうもろこし はるか	エネルギー 590 kcal たんぱく質 25.9 g 脂質 14.7 g 食塩相当量 2.4 g		
13 水	麦ご飯 ソフトひじき さんま生姜煮 磯あえ 凍み豆腐のみそ汁 レモンソーダゼリー	牛乳 さんま生姜煮 凍り豆腐 米みそ	牛乳 軟乎乎ひじき きざみどり	精白米 おおむぎ じゃがいも レモンソーダゼリー	ほうれんそう にんじん こまつな	エネルギー 624 kcal たんぱく質 23.7 g 脂質 14.8 g 食塩相当量 2.2 g		
14 木	ビタパン 照り焼きチキン ごぼうサラダ さつまいものシチュー いちご	牛乳 照焼チキン 挽わり大豆 鶏肉	牛乳	ビタパン さつまいも ノンエッグマヨネーズ 白すりごま 大豆油	にんじん ごぼう キャベツ きゅうり 玉葱 ふなしめじ グリーンピース いちご	エネルギー 727 kcal たんぱく質 35.7 g 脂質 31.7 g 食塩相当量 2.8 g		
15 金	麦ご飯 しそ味ひじき 豚肉のみそ焼き 即ちの花炒り きのこ汁	牛乳 しそ味ひじき 豚肉 米みそ おから 鶏肉 さつまいも 生揚げ	牛乳	精白米 おおむぎ 三温糖	なたね油 にんじん	ねぎ ごぼう またけ ふなしめじ えのきたけ はくさい	エネルギー 640 kcal たんぱく質 32.4 g 脂質 21 g 食塩相当量 2.1 g	
18 月	発芽玄米入り十穀米 サバ味噌煮 じゃこあえ 白菜の味噌汁 紫いもチップス	牛乳 さばのみそ煮 油揚げ 絹ごし豆腐 米みそ	牛乳 ちりめんじゃこ	精白米 三温糖	白すりごま ほうれんそう にんじん	もやし はくさい ねぎ ふなしめじ	エネルギー 632 kcal たんぱく質 25.9 g 脂質 18.1 g 食塩相当量 1.9 g	
19 火	みそラーメン ぎょうざ 中華サラダ ハーゲンダッツ	牛乳 豚肉 米みそ ギョーザ 中華くらげ	牛乳	ソフト麺 大豆油 白ごま(いり) 無塩バター	にんじん にら	もやし はくさい ねぎ とうもろこし きゅうり キャベツ	エネルギー 798 kcal たんぱく質 31.5 g 脂質 30.1 g 食塩相当量 2.3 g	
20 水	納豆ご飯 国産きのこ焼売 レンコンサラダ だんご汁 プチチョコクレープ	牛乳 納豆 シューマイ ソフトチキン 牛肉 絹ごし豆腐 米みそ	牛乳	精白米 おおむぎ じゃがいも	白すりごま 無塩バター	にんじん レンコン水煮 きゅうり キャベツ もやし とうもろこし ねぎ	エネルギー 844 kcal たんぱく質 30.9 g 脂質 34.8 g 食塩相当量 2.5 g	
21 木	米粉パン チョコ&ピーナッツ 牛乳/ペビーチーズ カニ棒卵巻 グリーンサラダ コンソメスープ	牛乳 カニ棒卵巻 ベーコン	牛乳 ペビーチーズ	米粉パン じゃがいも	チョコ&ピーナッツ	ブロッコリー にんじん パセリ	キャベツ きゅうり とうもろこし 玉葱 グリーンピース ふなしめじ	エネルギー 669 kcal たんぱく質 22 g 脂質 25.3 g 食塩相当量 1.3 g
22 金	カレーライス 牛乳 春雨サラダ 雪見だいふく	牛乳 牛肉 無塩漬けハム	シュレットチーズ 牛乳	精白米 おおむぎ じゃがいも はるさめ 三温糖 雪見だいふく	大豆油 ごま油 白ごま(いり)	にんじん 玉葱 グリーンピース アップルソース もやし キャベツ きゅうり とうもろこし	エネルギー 768 kcal たんぱく質 24.3 g 脂質 24.6 g 食塩相当量 2.5 g	
25 月	麦ご飯/梅干し ミルク(ココア) 結塩焼き 即席漬け ずいどん汁	牛乳 鮭 鶏肉 油揚げ	牛乳	精白米 おおむぎ 冷凍ずいどん	にんじん 小松菜	梅 だいこん キャベツ はくさい ごぼう ねぎ	エネルギー 610 kcal たんぱく質 26 g 脂質 15.8 g 食塩相当量 2.4 g	
26 火	紫黒ごはん 豚肉の塩こうじ焼き おかあえ こつゆ 会津べこの乳ヨーグルト	牛乳 豚肉 かつお節 ほたてがし・貝柱	牛乳 会津べこの乳ヨーグルト	精白米 古代米(紫黒米) 米こうじ 洗いさといも しらたき 白玉ふか	ほうれんそう にんじん 切りみつば	キャベツ きくらげ(乾)	エネルギー 648 kcal たんぱく質 29.8 g 脂質 18.7 g 食塩相当量 1.8 g	
27 水	麦ご飯 シャキシャキ広島こんぶ 五目厚焼き卵 大根のきんぴら かきたま汁	牛乳 五目厚焼き卵 さつまいも 鶏肉 たまご	シャキシャキ広島 こんぶ 牛乳 もずく	精白米 おおむぎ 突こんにやく 三温糖 じゃがいも	白ごま(いり) ごま油 なたね油	にんじん さいりんげん	だいこん ふなしめじ ねぎ	エネルギー 590 kcal たんぱく質 23.9 g 脂質 15.7 g 食塩相当量 2.5 g
28 木	丸パン 煮込みハンバーグ チマのサラダ マカロニスープ ふくしまゼリー	牛乳 煮込みハンバーグ 無塩漬けウィンナー	牛乳	コッペパン マカロニ じゃがいも ふくしまゼリー	なたね油	にんじん ブロッコリー	キャベツ とうもろこし 玉葱 グリーンピース マッシュルーム	エネルギー 755 kcal たんぱく質 30.9 g 脂質 24.3 g 食塩相当量 2.9 g
29 金	ツナごはん 国産豚ロースカツ なめこのみそ汁 ごぞかな大豆くん	牛乳 ツナ 豚ロースカツ 木綿豆腐 米みそ ごぞかな大豆くん	牛乳	精白米 おおむぎ じゃがいも	大豆油	にんじん	なめこ ねぎ	エネルギー 646 kcal たんぱく質 26.6 g 脂質 23.5 g 食塩相当量 2.2 g
					月の栄養価 平均	エネルギー 682 kcal たんぱく質 27.8 g 脂質 22.4 g 食塩相当量 2.3 g		

※材料等の都合により、献立が変更になることがありますので、ご了承ください。

☆ 1月の行事☆  
1月25日～1月29日 全国学校給食週間



## 振りなとりましょう 3つの食品のグループ

食品は「おむち(エネルギー)のもとになる食品」、「おち(たんぱく質)のもとになる食品」、「おま(体の調子をととのえるもとになる食品)」の3つのグループに分けることができます。それぞれのグループの食品を組み合わせることで、栄養のバランスがよくなります。