

(関辺小学校)



テクノエーピーTN300Bベクレルモニター シンレーション検出器
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	2/1	給食丸ごと	—	不検出	2月1日	
2	2/1	にら	茨城県	不検出	2月2日	
3	2/1	玉ねぎ	北海道	不検出	2月2日	
4	2/1	豚もも肉	福島県	不検出	2月2日	
5	2/2	給食丸ごと	—	不検出	2月2日	
6	2/2	イワシの梅煮	岩手県	不検出	2月3日	
7	2/2	絹ごし豆腐	白河市	不検出	2月3日	
8	2/2	卵	白河市	不検出	2月3日	
9	2/3	給食丸ごと	—	不検出	2月3日	
10	2/3	キャベツ	愛知県	不検出	2月4日	
11	2/3	人参	千葉県	不検出	2月4日	
12	2/3	きゅうり	高知県	不検出	2月4日	
13	2/3	ベーコン	栃木県	不検出	2月4日	
14	2/4	給食丸ごと	—	不検出	2月4日	
15	2/4	えのきだけ	新潟県	不検出	2月5日	
16	2/4	もやし	栃木県	不検出	2月5日	
17	2/4	いちご	福島県	不検出	2月5日	
18	2/4	鶏ささ身	岩手県	不検出	2月5日	
19	2/5	給食丸ごと	—	不検出	2月5日	
20	2/5	白菜	茨城県	不検出	2月8日	
21	2/5	長ねぎ	福島県	不検出	2月8日	
22	2/5	大根	千葉県	不検出	2月8日	
23	2/5	メルルーサ	ベトナム	不検出	2月8日	
24	2/8	給食丸ごと	—	不検出	2月8日	
25	2/8	春巻	宮城県	不検出	2月9日	
26	2/8	人参	千葉県	不検出	2月9日	
27	2/8	もやし	栃木県	不検出	2月9日	
28	2/9	給食丸ごと	—	不検出	2月9日	
29	2/9	きゅうり	栃木県	不検出	2月10日	
30	2/9	大根	千葉県	不検出	2月10日	
31	2/9	板こんにゃく	白河市	不検出	2月10日	
32	2/9	さつま揚げ	宮城県	不検出	2月10日	
33	2/10	給食丸ごと	—	不検出	2月10日	
34	2/10	キャベツ	愛知県	不検出	2月12日	
35	2/10	玉ねぎ	北海道	不検出	2月12日	
36	2/10	じゃがいも	北海道	不検出	2月12日	
37	2/10	MIXビーンズ	北海道	不検出	2月12日	

38	2/12	給食丸ごと	—	不検出	2月12日	
39	2/12	しめじ	新潟県	不検出	2月15日	
40	2/12	白菜	茨城県	不検出	2月15日	
41	2/12	木綿豆腐	白河市	不検出	2月15日	
42	2/12	鶏むね肉	岩手県	不検出	2月15日	
43	2/15	給食丸ごと	—	不検出	2月15日	
44	2/15	ピーマン	高知県	不検出	2月16日	
45	2/15	キャベツ	愛知県	不検出	2月16日	
46	2/15	人参	千葉県	不検出	2月16日	
47	2/15	もやし	栃木県	不検出	2月16日	
48	2/16	給食丸ごと	—	不検出	2月16日	
49	2/16	卵	白河市	不検出	2月17日	
50	2/16	豚肉	福島県	不検出	2月17日	
51	2/17	給食丸ごと	—	不検出	2月17日	
52	2/17	じゃがいも	北海道	不検出	2月18日	
53	2/17	玉ねぎ	北海道	不検出	2月18日	
54	2/17	はるみ(みかん)	愛媛県	不検出	2月18日	
55	2/18	給食丸ごと	—	不検出	2月18日	
56	2/18	大根	千葉県	不検出	2月19日	
57	2/18	長ねぎ	福島県	不検出	2月19日	
58	2/18	きゅうり	福島県	不検出	2月19日	
59	2/18	タンドリーチキン	福島県	不検出	2月19日	
60	2/19	給食丸ごと	—	不検出	2月19日	
61	2/19	白菜	茨城県	不検出	2月22日	
62	2/19	しらたき	白河市	不検出	2月22日	
63	2/19	牛モモ肉	栃木県	不検出	2月22日	
64	2/22	給食丸ごと	—	不検出	2月22日	
65	2/22	人参	千葉県	不検出	2月24日	
66	2/22	玉ねぎ	北海道	不検出	2月24日	
67	2/22	ベーコン	北海道	不検出	2月24日	
68	2/24	給食丸ごと	—	不検出	2月24日	
69	2/24	もやし	栃木県	不検出	2月25日	
70	2/24	みかん	静岡県	不検出	2月25日	
71	2/24	絹ごし豆腐	白河市	不検出	2月25日	
72	2/24	焼売	白河市	不検出	2月25日	
73	2/25	給食丸ごと	—	不検出	2月25日	
74	2/25	長ネギ	福島県	不検出	2月26日	
75	2/25	白菜	茨城県	不検出	2月26日	
76	2/25	じゃがいも	北海道	不検出	2月26日	
77	2/25	ロースハム	北海道	不検出	2月26日	
78	2/26	給食丸ごと	—	不検出	2月26日	
79	2/26	ミニトマト	愛知県	不検出	3月1日	
80	2/26	人参	千葉県	不検出	3月1日	
81	2/26	木綿豆腐	白河市	不検出	3月1日	



こんだてひょう



今月の給食目標

《暮さに負けない食事》
すききらいなく食べる・野菜、タンパク質をとる



令和2年度 白河市立関辺小学校

日	献立名	赤の仲間 血や肉になる		黄の仲間 熱や力の元になる		緑の仲間 体の調子を整える		栄養価	
1月	麦ご飯 たれ付肉団子 小松菜とごぼうのおかかあえ 凍み豆腐のみそ汁	たれ付肉団子 かつお節 凍り豆腐	牛乳 煮干	麦ごはん ごま	ごまつな にんじん チンゲン菜	ごぼう もやし だいこん ねぎ	エネルギー たんぱく質 脂質 食塩相当量	549 kcal 19.9 g 13.6 g 1.6 g	
2火	タンメン 焼きぎょうざ 大根サラダ 果物(はるか)	豚肉 むきえび うずら卵 ロースハム	牛乳	中華めん かたくり粉 三温糖	ごま ごま油 大豆油	にんじん にら	もやし 玉葱 キャベツ 干し椎茸 にんにく だいこん きゅうり はるか	エネルギー たんぱく質 脂質 食塩相当量	497 kcal 22.4 g 17.9 g 1.8 g
3水	節分メニュー 麦ご飯 いわしの梅煮 ほうれん草のごまあえ かきたま汁 節分豆	いわしの梅煮 絹ごし豆腐 たまご かつお節 大豆	牛乳	麦ごはん 三温糖 かたくり粉	ごま	ほうれん草 にんじん ごまつな	しょうが もやし 玉葱	エネルギー たんぱく質 脂質 食塩相当量	638 kcal 29.3 g 19.4 g 2.1 g
4木	食パン(2枚) いちご&マーガリン ハンバーグ フレンチサラダ パンキンポターシュ かみかみ(紫いもチップス)	ロースハム ベーコン	牛乳 パジャメル ルフ	食パン いちごジャム 薄力粉	フレンチ ドレッシング マーガリン	ブロッコリー にんじん かぼちゃ パセリ	キャベツ きゅうり 玉葱	エネルギー たんぱく質 脂質 食塩相当量	783 kcal 28.7 g 26.1 g 3.3 g
5金	麦ご飯 のりの佃煮 いろいろ野菜の卵焼き 五色あえ すまし汁 果物(いちご)	いろいろ野菜の卵焼き 焼き豚 たまご・鶏肉 うずら卵・豆腐 かつお節	牛乳 のりつくだ煮 わかめ	麦ごはん 三温糖	ごま油 ごま	ほうれん草 にんじん ごまつな	もやし えのきたけ いらご	エネルギー たんぱく質 脂質 食塩相当量	662 kcal 28.8 g 24.7 g 2 g
8月	麦ご飯 白身魚のマヨネーズ焼き 切り干し大根のサラダ 豚汁 果物(みかん)	メルルーサ 豚肉 木綿豆腐 かつお節	牛乳 わかめ	麦ごはん パン粉 三温糖 さといも	マヨネーズ 大豆油 ごま油	パセリ にんじん	きゅうり もやし 切り干しだいこん ごぼう だいこん はくさい こんにゃく ねぎ みかん	エネルギー たんぱく質 脂質 食塩相当量	657 kcal 25.8 g 22.6 g 1.6 g
9火	きつねうどん はるまき ほうれん草と焼豚のあえもの かみかみ(おしゃぶり昆布)	豚肉 油揚げ 焼き豚	牛乳 煮干 昆布	ソフト麺 上白糖 はるまき	大豆油 ごま	ごまつな にんじん ほうれん草	ねぎ もやし	エネルギー たんぱく質 脂質 食塩相当量	663 kcal 28.1 g 22.7 g 1.7 g
10水	茶飯 ひじきと春雨サラダ おでん 一口いちごゼリー	ロースハム さつま揚げ 焼き竹輪 がんもどき うずら卵	牛乳 ひじき	麦ごはん はるまき 三温糖	ごま油	にんじん	キャベツ きゅうり だいこん こんにゃく	エネルギー たんぱく質 脂質 食塩相当量	587 kcal 20.2 g 14 g 2 g
12金	バレンタインデーメニュー ビーンズカレー ハートコロッケ わかめとツナのサラダ チョコプリン	えだまめ 豚肉 まぐろ缶詰	牛乳 わかめ	麦ごはん じゃがいも	有塩バター 大豆油	にんじん ブロッコリー	玉葱 にんにく キャベツ	エネルギー たんぱく質 脂質 食塩相当量	916 kcal 25.1 g 34.7 g 4.6 g

日	献立名	赤の仲間 血や肉になる		黄の仲間 熱や力の元になる		緑の仲間 体の調子を整える		栄養価	
15月	麦ご飯 ちくわの磯辺揚げ 大豆とひじきの煮物 貝だくさんみそ汁 かみかみ(とっとチーズ)	ちくわの磯辺揚げ 大豆 鶏肉 さつま揚げ 木綿豆腐	牛乳 あおのり ひじき 煮干 チーズ	麦ごはん 薄力粉 こんにゃく じゃがいも	大豆油	にんじん いんげん ごまつな	ごぼう ほんしめじ はくさい ねぎ 干し椎茸	エネルギー たんぱく質 脂質 食塩相当量	684 kcal 31.2 g 16.5 g 3.2 g
16火	焼きそば 海そうサラダ 果物(バナナ)	豚肉 ロースハム	牛乳 わかめ	焼きそばめん	大豆油	にんじん 青ピーマン ブロッコリー	もやし キャベツ 玉葱 こんにゃく きゅうり バナナ	エネルギー たんぱく質 脂質 食塩相当量	718 kcal 29.6 g 17.6 g 1.2 g
17水	キムチチャーハン ナムル 春雨スープ みかんのジュレ	豚肉 たまご ベーコン	牛乳	麦ごはん 三温糖 はるまき かたくり粉 みかんのジュレ	大豆油 ごま油 ごま	にんじん ほうれん草 青ピーマン ごまつな	にんにく ただのこ ねぎ もやし きゅうり きくらげ 干し椎茸 キャベツ	エネルギー たんぱく質 脂質 食塩相当量	627 kcal 22.6 g 19.4 g 2 g
18木	2月 パースデーランチ コッペパン フランクソーセージ キャベツのサラダ クリームシチュー 果物(はるみオレンジ)	フランクフルト まぐろ缶詰 ベーコン	牛乳 パジャメル ルフ	コッペパン 三温糖 じゃがいも	なたね油	にんじん パセリ	キャベツ だいこん とうもろこし 玉葱 はるみ	エネルギー たんぱく質 脂質 食塩相当量	792 kcal 28 g 33.7 g 2.9 g
19金	ふくしま「食の基本」推進デー 麦ご飯 タンドリーチキン ポパイサラダ 根菜のごま汁	鶏肉 たまご ロースハム 油揚げ	牛乳 煮干	麦ごはん じゃがいも さといも	大豆油 ごま マヨネーズ	ほうれん草 にんじん	にんにく しょうが 玉葱 きゅうり だいこん たいこん ごぼう ねぎ	エネルギー たんぱく質 脂質 食塩相当量	682 kcal 28.5 g 22.4 g 1.8 g
22月	牛丼 わかめのおひたし 白菜のみそ汁 果物(せとかオレンジ)	和牛モモ肉 油揚げ	牛乳 わかめ 煮干	麦ごはん 三温糖 じゃがいも	なたね油 ごま油	にんじん ブロッコリー ごまつな	しょうが にんにく 玉葱 しらたき キャベツ とうもろこし はくさい ねぎ せとか	エネルギー たんぱく質 脂質 食塩相当量	623 kcal 25.3 g 18.7 g 2.5 g
24水	1年生リクエストメニュー わかめご飯 鮭の塩焼き ジャーマンポテト 豆腐となめこのみそ汁 はちみつレモンゼリー	パにざけ ロースハム 木綿豆腐	牛乳 煮干	麦ごはん じゃがいも はちみつレモン ゼリー	大豆油 マヨネーズ	にんじん ごまつな ピーマン	玉葱 きゅうり なめこ ねぎ	エネルギー たんぱく質 脂質 食塩相当量	656 kcal 28.1 g 19 g 1.8 g
25木	麦ご飯 しゅうまい もやしのラー油あえ 中華スープ 果物(みかん)	ベーコン 絹ごし豆腐	牛乳 わかめ	麦ごはん 三温糖	ごま油	にんじん ほうれん草	もやし きゅうり きくらげ みかん	エネルギー たんぱく質 脂質 食塩相当量	584 kcal 18.5 g 15.8 g 1.9 g
26金	麦ご飯 あじフライ こんにゃくサラダ 白菜と豆腐のみそ汁 果物(いちご)	ロースハム 木綿豆腐	牛乳 わかめ 煮干	麦ごはん じゃがいも	大豆油	にんじん ブロッコリー ごまつな	こんにゃく もやし きゅうり はくさい ねぎ いちご	エネルギー たんぱく質 脂質 食塩相当量	592 kcal 24.7 g 13.5 g 2.3 g

ふくしま「食の基本」推進デーってなあに?

福島県では、県民の食行動や栄養摂取状況の改善を目的に、主食・主菜・副菜がそろった「バランスのよい食事」に「減塩」を加えた『ふくしま「食の基本」推進事業』を重点事業として取り組んでいます。主食・主菜・副菜のそろったバランスのよい食事と減塩を意識することにより、生活習慣病の発症・重症化の予防を図ることを目的としています。

県南地域の学校給食では、2月19日の給食は、『ふくしま「食の基本」推進デー』の取組の一つである「減塩」を意識したメニューを取り入れました。

減塩メニュー給食では、塩分を基準値の95%に抑え、調理しています。

さて、2月19日の給食の中でどのメニューが減塩されているのでしょうか？
答えは当日のお昼の放送で発表したいと思えます！お楽しみに！



※ 給食材料の都合により献立内容を変更することがありますのでご了承ください。

※ 表示の栄養摂取量は、中学年児童のもので、(低学年20%減、高学年20%増)

栄養価基準値		今月の 平均値	
エネルギー	640 kcal	エネルギー	662 kcal
たんぱく質	24.0 g	たんぱく質	25.8 g
脂質	19.0 g	脂質	20.7 g
食塩相当量	2.5g	食塩相当量	2.2 g