

〔白河第一小学校〕



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	5/6	大根	千葉県	不検出	5月7日	
2	5/6	キャベツ	千葉県	不検出	5月10日	
3	5/6	ほうれん草	福島県	不検出	5月10日	
4	5/6	給食丸ごと	—	不検出	5月6日	
5	5/7	きゅうり	福島県	不検出	5月11日	
6	5/7	大根	千葉県	不検出	5月11日	
7	5/7	じゃがいも	長崎県	不検出	5月11日	
8	5/7	給食丸ごと	—	不検出	5月7日	
9	5/7	牛乳	郡山市	不検出	5月7日	
10	5/10	えのき	新潟県	不検出	5月12日	
11	5/10	にら	茨城県	不検出	5月12日	
12	5/10	もやし	栃木県	不検出	5月12日	
13	5/10	給食丸ごと	—	不検出	5月10日	
14	5/11	きゅうり	福島県	不検出	5月13日	
15	5/11	大根	千葉県	不検出	5月13日	
16	5/11	セロリ	愛知県	不検出	5月13日	
17	5/11	給食丸ごと	—	不検出	5月11日	
18	5/12	キャベツ	茨城県	不検出	5月14日	
19	5/12	人参	埼玉県	不検出	5月14日	
20	5/12	給食丸ごと	—	不検出	5月12日	
21	5/13	チンゲン菜	茨城県	不検出	5月18日	
22	5/13	もやし	栃木県	不検出	5月18日	
23	5/13	ねぎ	埼玉県	不検出	5月18日	
24	5/13	給食丸ごと	—	不検出	5月13日	
25	5/13	牛乳	郡山市	不検出	5月13日	
26	5/14	ピーマン	茨城県	不検出	5月19日	
27	5/14	人参	徳島県	不検出	5月19日	
28	5/14	えのき	新潟県	不検出	5月19日	
29	5/14	給食丸ごと	—	不検出	5月14日	
30	5/18	ごぼう	青森県	不検出	5月20日	
31	5/18	大根	福島県	不検出	5月20日	
32	5/18	しめじ	新潟県	不検出	5月20日	

33	5/18	給食丸ごと	—	不検出	5月18日	
34	5/19	もやし	栃木県	不検出	5月21日	
35	5/19	キャベツ	福島県	不検出	5月21日	
36	5/19	きゅうり	福島県	不検出	5月21日	
37	5/19	給食丸ごと	—	不検出	5月19日	
38	5/20	きゅうり	福島県	不検出	5月24日	
39	5/20	人参	千葉県	不検出	5月24日	
40	5/20	ねぎ	茨城県	不検出	5月24日	
41	5/20	給食丸ごと	—	不検出	5月20日	
42	5/20	牛乳	郡山市	不検出	5月20日	
43	5/21	人参	千葉県	不検出	5月25日	
44	5/21	キャベツ	福島県	不検出	5月25日	
45	5/21	パプリカ	韓国	不検出	5月25日	
46	5/21	給食丸ごと	—	不検出	5月21日	
47	5/24	もやし	栃木県	不検出	5月26日	
48	5/24	大根	福島県	不検出	5月26日	
49	5/24	ねぎ	茨城県	不検出	5月26日	
50	5/24	給食丸ごと	—	不検出	5月24日	
51	5/25	きゅうり	福島県	不検出	5月27日	
52	5/25	人参	千葉県	不検出	5月27日	
53	5/25	にら	茨城県	不検出	5月27日	
54	5/25	給食丸ごと	—	不検出	5月25日	
55	5/26	キャベツ	茨城県	不検出	5月28日	
56	5/26	ねぎ	茨城県	不検出	5月28日	
57	5/26	小松菜	福島県	不検出	5月28日	
58	5/26	給食丸ごと	—	不検出	5月26日	
59	5/26	牛乳	郡山市	不検出	5月26日	
60	5/27	人参	千葉県	不検出	5月31日	
61	5/27	チンゲン菜	静岡県	不検出	5月31日	
62	5/27	給食丸ごと	—	不検出	5月27日	
63	5/28	きゅうり	福島県	不検出	6月1日	
64	5/28	かぼちゃ	メキシコ	不検出	6月1日	
65	5/28	ロースハム	北海道	不検出	6月1日	
66	5/28	給食丸ごと	—	不検出	5月28日	
67	5/31	スナックえんどう	福島県	不検出	6月2日	
68	5/31	ほうれん草	茨城県	不検出	6月2日	
69	5/31	大根	福島県	不検出	6月2日	
70	5/31	給食丸ごと	—	不検出	5月31日	

令和3年度5月 学校給食予定献立 (5月1日～5月17日)

白河市立白河第一小学校

日	曜日	献立名	赤の食品	黄色の食品	緑の食品	栄養価	
			血や肉になる	熱や力になる	体の調子を整える		
3	月	憲法記念日					
4	火	みどりの日					
5	水	こどもの日					
6	木	★端午の節句献立★ ごはん 牛乳 かつおのごまみそがらめ 三色和え 若竹汁 かしわもち	牛乳 かつお みそ なると 木綿豆腐 わかめ	ごはん 揚げ油 こんにやく 三温糖 ごま かしわもち	こまつな もやし にんじん たけのこ ねぎ	エネルギー 691 kcal たんぱく質 28.8 g 脂質 13.1 g 食塩相当量 2.4 g	
7	金	たけのこごはん 牛乳 枝豆入り卵焼き 五目きんぴら きぬさやのみそ汁	牛乳 鶏肉 油揚げ 生揚げ 枝豆入り卵焼き さつま揚げ 生揚げみそ	麦ごはん サラダ油 こんにやく 三温糖	たけのこ しいたけ にんじん ごぼう いんげん だいこん えのきたけ きぬさや	エネルギー 665 kcal たんぱく質 31.2 g 脂質 21.5 g 食塩相当量 3.2 g	
10	月	麦ごはん 牛乳 鶏肉の七味焼き ピーナッツ和え なめこのみそ汁	牛乳 鶏肉 木綿豆腐 みそ	麦ごはん ごま 上白糖 ピーナッツ 三温糖 じゃがいも	ねぎ もやし にんじん キャベツ ほうれんそう なめこ	エネルギー 614 kcal たんぱく質 24.7 g 脂質 19.2 g 食塩相当量 1.9 g	
11	火	アップルパン 牛乳 キャベツメンチ マカロニサラダ ポトフ	牛乳 ロースハム キャベツメンチ 鶏肉 ベーコン	コッペパン 揚げ油 マヨネーズ じゃがいも	ドライアップル キャベツ きゅうり にんじん だいこん たまねぎ	エネルギー 621 kcal たんぱく質 22.1 g 脂質 27.9 g 食塩相当量 2.3 g	
12	水	キムチチャーハン 牛乳 ちくわのサラダ ワンタンスープ	牛乳 豚肉 ちくわ かつお節 鶏肉	ごはん サラダ油 上白糖 ごま ワンタン ごま油	にんにく ねぎ にんじん たけのこ えだまめ キャベツ とうもろこし たまねぎ えのきたけ にら もやし	エネルギー 535 kcal たんぱく質 21 g 脂質 13.1 g 食塩相当量 3.3 g	
13	木	麦ごはん 牛乳 鶏肉のスパイス焼き チーズサラダ ニョッキ入トマトスープ	牛乳 鶏肉 ハム ヨーグルト ミートボール	麦ごはん マヨネーズ いももちボール 上白糖	キャベツ にんじん きゅうり とうもろこし たまねぎ トマト だいこん セロリー	エネルギー 673 kcal たんぱく質 25.1 g 脂質 23.6 g 食塩相当量 1.8 g	
14	金	麦ごはん 牛乳 親子煮 ブロッコリーのおかか和え アセロラゼリー	牛乳 たまご かつお節 鶏肉 なると	麦ごはん こんにやく 三温糖	キャベツ ブロッコリー にんじん たまねぎ たけのこ しいたけ みつば	エネルギー 609 kcal たんぱく質 23.7 g 脂質 15.6 g 食塩相当量 1.8 g	
17	月	体育会 繰替休業日					



令和3年度5月 学校給食予定献立（5月18日～5月31日）

白河市立白河第一小学校

日	曜日	献立名	赤の食品	黄色の食品	緑の食品	栄養価	
			血や肉になる	働く力になる	体の調子を整える		
18	火	肉味噌ラーメン 牛乳 えびシューマイ 韓国風のり和え	牛乳 豚ひき肉 みそ ハム 焼きのり えびしゅうまい	中華めん サラダ油 ごま油	にんにく キャベツ にんじん チンゲンツアイ もやし ねぎ たけのこ 干しいたけ きゅうり こまつな	エネルギー たんぱく質 脂質 食塩相当量	520 kcal 22.9 g 17.9 g 3.8 g
19	水	ゆかりご飯 鶏肉と野菜の黒酢あん きのこスープ 青のり小魚	鶏肉 ベーコン かたくちいわし あおのり	ごはん 上白糖 かたくり粉 揚げ油 サラダ油 じゃがいも	にんにく たまねぎ にんじん 青ピーマン キャベツ チンゲンツアイ ぶなしめじ えのきたけ とうもろこし	エネルギー たんぱく質 脂質 食塩相当量	519 kcal 15.7 g 12.1 g 3.5 g
20	木	麦ごはん 牛乳 鯖の味噌煮 もやしとチキンの梅和え けんちん汁	牛乳 さば みそ 豚肉 木綿豆腐 鶏肉	麦ごはん 三温糖 ごま さといも こんにゃく	しょうが もやし きゅうり にんじん ごぼう だいこん ぶなしめじ ねぎ	エネルギー たんぱく質 脂質 食塩相当量	658 kcal 31.2 g 20.2 g 3.1 g
21	金	ポークカレーライス 牛乳 ハムサラダ フルーツヨーグルト	牛乳 ハム 豚肉 チーズ ヨーグルト ホイップクリーム	麦ごはん 上白糖 ごま じゃがいも	もやし キャベツ きゅうり にんにく たまねぎ にんじん グリーンピース もも バイン みかん	エネルギー たんぱく質 脂質 食塩相当量	779 kcal 23.3 g 25.9 g 4.8 g
24	月	麦ごはん 牛乳 鶏竜田のレモン醤油がけ たくあん和え 油麩の味噌汁	牛乳 鶏肉 こんぶ みそ	麦ごはん ごま かたくり粉 油麩 揚げ油 三温糖 じゃがいも	キャベツ ねぎ きゅうり にんじん たくあん たまねぎ	エネルギー たんぱく質 脂質 食塩相当量	616 kcal 27.1 g 16.2 g 2.4 g
25	火	コッペパン 牛乳 チョコ大豆クリーム マカロニのミートソース煮 イタリアンサラダ 肉だんご	牛乳 豚ひき肉 大豆 スモークチキ 肉団子	コッペパン サラダ油 上白糖	たまねぎ にんじん マッシュルーム キャベツ 黄ピーマン ブロッコリー	エネルギー たんぱく質 脂質 食塩相当量	530 kcal 23.6 g 22.8 g 2.4 g
26	水	麦ごはん 牛乳 プルコギ丼の具 もやしのひじき和え わかめと豆腐のみそ汁	牛乳 豚肉 ひじき わかめ 木綿豆腐 みそ	麦ごはん サラダ油 上白糖 かたくり粉	たまねぎ にんじん 青ピーマン こまつな 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	559 kcal 23.8 g 14.7 g 2.5 g
27	木	麦ごはん 牛乳 餃子 パンパンジーサラダ 麻婆豆腐	牛乳 鶏肉 木綿豆腐 みそ 豚ひき肉 大豆 餃子	麦ごはん 上白糖 はるさめ ごま油 サラダ油 かたくり粉	きゅうり にんじん もやし えだまめ にんにく たら ねぎ 干しいたけ	エネルギー たんぱく質 脂質 食塩相当量	697 kcal 30.0 g 20.8 g 2.1 g
28	金	麦ごはん 牛乳 たらのマヨネーズ焼き えびとレモンのサラダ じゃがいものみそ汁	牛乳 まだら 粉チーズ えび かまぼこ 油揚げ みそ	麦ごはん マヨネーズ サラダ油 上白糖 じゃがいも	たまねぎ パセリ キャベツ きゅうり 黄ピーマン にんじん ねぎ	エネルギー たんぱく質 脂質 食塩相当量	647 kcal 27.6 g 22.4 g 2.2 g
31	月	わかめごはん 牛乳 鶏肉とカシューナッツの炒め物 中華風たまごスープ バナナ	牛乳 わかめ 鶏肉 たまご	麦ごはん サラダ油 ごま油 かたくり粉 カシューナッツ	たまねぎ にんじん たけのこ 青ピーマン まいたけ チンゲンツアイ とうもろこし こまつな バナナ	エネルギー たんぱく質 脂質 食塩相当量	648 kcal 24.7 g 20.3 g 2.4 g

※材料等の都合により、献立が変更となる場合がございます。御了承ください。



朝食をよくかんで食べよう

よくかんで食べ物胃に送られると、腸が動き始めて朝の排便につながったり、脳の血流量が増加して脳の働きを高めたりするといわれています。よくかんで食べましょう。



5月栄養価平均値

エネルギー	622 kcal
たんぱく質	25.1 g
脂質	19.3 g
食塩相当量	2.7 g