

〔白河第一小学校〕



テクノエーピーTN300Bベクレルモニターシミュレーション検出器
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	9/1	もやし	栃木県	不検出	9月2日	
2	9/1	人参	北海道	不検出	9月2日	
3	9/1	ねぎ	福島県	不検出	9月2日	
4	9/1	給食丸ごと	—	不検出	9月1日	
5	9/2	キャベツ	群馬県	不検出	9月3日	
6	9/2	大根	青森県	不検出	9月3日	
7	9/2	給食丸ごと	—	不検出	9月2日	
8	9/2	牛乳	郡山市	不検出	9月2日	
9	9/3	人参	北海道	不検出	9月6日	
10	9/3	じゃがいも	北海道	不検出	9月6日	
11	9/3	しめじ	新潟県	不検出	9月6日	
12	9/3	給食丸ごと	—	不検出	9月3日	
13	9/6	大根	青森県	不検出	9月8日	
14	9/6	水菜	福島県	不検出	9月8日	
15	9/6	じゃがいも	北海道	不検出	9月8日	
16	9/6	給食丸ごと	—	不検出	9月6日	
17	9/8	キャベツ	群馬県	不検出	9月10日	
18	9/8	きゅうり	福島県	不検出	9月10日	
19	9/8	梨	福島県	不検出	9月10日	
20	9/8	給食丸ごと	—	不検出	9月8日	
21	9/10	卵	福島県	不検出	9月13日	
22	9/10	チンゲン菜	宮城県	不検出	9月13日	
23	9/10	給食丸ごと	—	不検出	9月10日	
24	9/10	牛乳	郡山市	不検出	9月10日	
25	9/13	きゅうり	福島県	不検出	9月14日	
26	9/13	人参	北海道	不検出	9月14日	
27	9/13	じゃがいも	北海道	不検出	9月14日	
28	9/13	給食丸ごと	—	不検出	9月13日	
29	9/14	人参	北海道	不検出	9月15日	
30	9/14	大根	青森県	不検出	9月15日	
31	9/14	ねぎ	福島県	不検出	9月15日	
32	9/14	給食丸ごと	—	不検出	9月14日	
33	9/15	にら	福島県	不検出	9月16日	
34	9/15	きゅうり	福島県	不検出	9月16日	
35	9/15	チンゲン菜	茨城県	不検出	9月16日	
36	9/15	給食丸ごと	—	不検出	9月15日	

37	9/16	人参	北海道	不検出	9月17日	
38	9/16	レンコン	茨城県	不検出	9月17日	
39	9/16	給食丸ごと	—	不検出	9月16日	
40	9/16	牛乳	郡山市	不検出	9月16日	
41	9/17	ピーマン	福島県	不検出	9月21日	
42	9/17	きゅうり	福島県	不検出	9月21日	
43	9/17	じゃがいも	北海道	不検出	9月21日	
44	9/17	給食丸ごと	—	不検出	9月17日	
45	9/21	キャベツ	長野県	不検出	9月22日	
46	9/21	人参	北海道	不検出	9月22日	
47	9/21	大根	青森県	不検出	9月22日	
48	9/21	給食丸ごと	—	不検出	9月21日	
49	9/22	ごぼう	青森県	不検出	9月24日	
50	9/22	しめじ	新潟県	不検出	9月24日	
51	9/22	じゃがいも	北海道	不検出	9月24日	
52	9/22	給食丸ごと	—	不検出	9月22日	
53	9/24	さつまいも	茨城県	不検出	9月27日	
54	9/24	ねぎ	福島県	不検出	9月27日	
55	9/24	給食丸ごと	—	不検出	9月24日	
56	9/24	牛乳	郡山市	不検出	9月24日	
57	9/27	もやし	栃木県	不検出	9月28日	
58	9/27	キャベツ	群馬県	不検出	9月28日	
59	9/27	きゅうり	福島県	不検出	9月28日	
60	9/27	給食丸ごと	—	不検出	9月27日	
61	9/28	人参	北海道	不検出	9月29日	
62	9/28	パプリカ	宮城県	不検出	9月29日	
63	9/28	きゅうり	福島県	不検出	9月29日	
64	9/28	給食丸ごと	—	不検出	9月28日	
65	9/29	大根	福島県	不検出	9月30日	
66	9/29	えのき	新潟県	不検出	9月30日	
67	9/29	小松菜	福島県	不検出	9月30日	
68	9/29	給食丸ごと	—	不検出	9月29日	
69	9/30	ほうれん草	福島県	不検出	10月1日	
70	9/30	じゃがいも	北海道	不検出	10月1日	
71	9/30	給食丸ごと	—	不検出	9月30日	
72	9/30	牛乳	郡山市	不検出	9月30日	

令和3年度9月 学校給食予定献立（9月1日～9月16日）

白河市立白河第一小学校

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		
1 水	鶏そぼろごはん ほうれん草のごま和え もずくスープ ぶどうゼリー	牛乳 鶏ひき肉 大豆ミート 鶏肉 豆腐 もずく	ごはん 砂糖 サラダ油 ごま ねりごま ぶどうゼリー	ごぼう 玉ねぎ 生姜 枝豆 もやし 人参 ほうれん草 とうがん えのきたけ	エネルギー たんぱく質 脂質 食塩相当量	585 kcal 25.1 g 14.7 g 2.2 g
2 木	麦ご飯 揚げぎょうざ 小松菜のナムル マーボー豆腐	牛乳 豚ひき肉 大豆ミート みそ 豆腐	麦ごはん 揚げ油 砂糖 ごま油 ごま 片栗粉	もやし 小松菜 人参 にんにく 生姜 玉ねぎ 干しいたけ いら ねぎ	エネルギー たんぱく質 脂質 食塩相当量	708 kcal 26.6 g 24.8 g 2.3 g
3 金	麦ご飯 さばの塩焼き アーモンド和え いもだんご汁	牛乳 のり佃煮 さば 鶏肉 油揚げ	麦ごはん アーモンド 砂糖 いももち	もやし 人参 キャベツ ほうれん 草 ごぼう 大根 ねぎ	エネルギー たんぱく質 脂質 食塩相当量	665 kcal 29.6 g 20.8 g 2.0 g
6 月	3年生クエスト献立 麦ごはん とり肉のから揚げ 枝豆サラダ さつまいも入ポトフ	牛乳 鶏肉 かまぼこ ウインナー	麦ごはん 片栗粉 揚げ油 サラダ油 砂糖 さつまいも じゃがいも	生姜 にんにく 枝豆 キャベツ 人参 レモン果汁 玉ねぎ とうもろこし	エネルギー たんぱく質 脂質 食塩相当量	709 kcal 24.4 g 23.3 g 2.3 g
7 火	宿泊学習のため 弁当持参					
8 水	麦ごはん デミグラスソースハンバーグ みずなのサラダ アルファベットスープ	牛乳 鶏ひき肉 豚ひき肉 おから 卵 ツナ ベーコ ン	麦ごはん パン粉 砂糖 マヨネーズ じゃがいも マカロニ	たまねぎ 大根 きゅうり 人参 みずかけな 玉ねぎ ぶなしめじ とうもろこし	エネルギー たんぱく質 脂質 食塩相当量	715 kcal 26.8 g 23.5 g 1.8 g
9 木	校内研究会のため 弁当持参					
10 金	ポークカレーライス ハムサラダ 梨	牛乳 豚肉 チーズ ハム	麦ごはん サラダ油 じゃがいも オリーブ油 砂糖	にんにく 生姜 玉ねぎ 人参 グリーンピース キャベツ きゅうり 梨	エネルギー たんぱく質 脂質 食塩相当量	688 kcal 21.5 g 21.6 g 3.0 g
13 月	麦ごはん さんまの生姜煮 切干大根の青じそ和え むらくも汁	牛乳 さんまの生姜煮 かまぼこ 鶏肉 豆腐 わかめ 卵	麦ごはん 砂糖 片栗粉	切干しいたけ きのうり 人参 青じそ 玉ねぎ チンゲン菜	エネルギー たんぱく質 脂質 食塩相当量	650 kcal 25.1 g 22.3 g 2.0 g
14 火	丸パン メンチカツ ツナマカロニサラダ コンソメスープ	牛乳 ツナ ベーコン	丸パン 揚げ油 マカロニ マヨネーズ じゃがいも	キャベツ きゅうり 人参 玉ねぎ とうもろこし パセリ	エネルギー たんぱく質 脂質 食塩相当量	637 kcal 22.6 g 27.9 g 3.1 g
15 水	★ ウェルカムランチ ★ かおりごはん いかの香味焼き ひじきの炒り煮 鶏ごぼう汁	牛乳 いか 鶏肉 大豆 さつまいも ひじき 鶏肉 油揚げ	麦ごはん サラダ油 ごまにやく 砂糖 ごま さといも	青じそ 生姜 にんにく ねぎ 人参 干しいたけ 枝豆 ごぼう 大根	エネルギー たんぱく質 脂質 食塩相当量	603 kcal 31 g 15.4 g 3.0 g
16 木	麦ご飯 プルコギ丼の具 パンサンスー わかめスープ	牛乳 豚肉 ハム 錦糸卵 豆腐 わかめ	麦ごはん 砂糖 はちみつ ごま油 ごま はるさめ 片栗粉	にんにく 玉ねぎ たけのこ ねぎ いら 大根 きゅうり 人参 干しいたけ チンゲン菜	エネルギー たんぱく質 脂質 食塩相当量	619 kcal 25.5 g 18.0 g 3.1 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。ご了承ください。



令和3年度9月 学校給食予定献立 (9月17日～9月30日)

白河市立白河第一小学校

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		
17 金	十五夜献立 鯛めし 牛乳 うさぎ型ハンバーグ 秋野菜の煮物 お月見だんご	鯛 油揚げ うさぎ型ハンバーグ 鶏肉	ごはん 砂糖 こんにやく さといも 月見団子	だいこん葉 ごぼう 人参 れんこん いんげん	エネルギー たんぱく質 脂質 食塩相当量	707 kcal 29.2 g 17.6 g 2.6 g
20 月	敬老の日					
21 火	食パン 牛乳 ミートサンドの具 コールスローサラダ シーフードチャウダー オレンジ	牛乳 豚ひき肉 大豆ミート あさり えび いか 粉チーズ	食パン 砂糖 マヨネーズ サラダ油 バター じゃがいも	にんにく 玉ねぎ 人参 マッシュルーム 青ピーマン キャベツ きゅうり とうもろこし パセリ オレンジ	エネルギー たんぱく質 脂質 食塩相当量	590 kcal 26.8 g 24.8 g 2.4 g
22 水	麦ご飯 牛乳 とり肉のみそチーズ焼き わかめ和え ニラ玉汁	牛乳 鶏肉 みそ 粉チーズ わかめ 豆腐 卵	麦ごはん マヨネーズ サラダ油 砂糖 ごま油 ごま 片栗粉	もやし 人参 キャベツ 玉ねぎ 大根 干しいたけ なら	エネルギー たんぱく質 脂質 食塩相当量	595 kcal 22.8 g 20.6 g 2.1 g
23 木	秋分の日					
24 金	麦ご飯 牛乳 あじフライ 五目きんぴら なめこの汁	牛乳 あじフライ 豚肉 さつま揚げ 豆腐 みそ	麦ごはん 揚げ油 こんにやく サラダ油 砂糖 じゃがいも	人参 ごぼう たけのこ れんこん なめこ しめじ えのきたけ ねぎ	エネルギー たんぱく質 脂質 食塩相当量	602 kcal 27.9 g 16.2 g 2.3 g
27 月	4年生リクエスト献立 麦ご飯 牛乳 鮭の利休揚げ かぼちゃのサラダ きのこさつまいもの豚汁	牛乳 鮭 ハム 豚肉 豆腐 みそ	麦ごはん 砂糖 ごま 片栗粉 揚げ油 マヨネーズ さつまいも こんにやく サラダ油	かぼちゃ きゅうり 玉ねぎ ぶなしめじ ごぼう 大根 人参 ねぎ	エネルギー たんぱく質 脂質 食塩相当量	747 kcal 26.8 g 27.4 g 2.6 g
28 火	タンタン麺 牛乳 海藻とこんにやくのサラダ 県産一口なしゼリー	牛乳 豚ひき肉 みそ 海藻ミックス ツナ	中華めん ごま ごま油 こんにやく 梨ゼリー	にんにく 人参 もやし しなちく とうもろこし なら ねぎ キャベツ きゅうり	エネルギー たんぱく質 脂質 食塩相当量	661 kcal 25.6 g 24.2 g 3.1 g
29 水	カタール体験給食 マシュマロ風味パイン混ぜご飯 牛乳 ボイル野菜のヨーグルトサラダ レンズ豆のスープ ドライブルー	牛乳 鶏肉 ヨーグルト レンズまめ	ごはん オリーブ油 マヨネーズ	にんにく 玉ねぎ 人参 青ピーマン 赤パプリカ トマト キャベツ きゅうり とうもろこし ブルー	エネルギー たんぱく質 脂質 食塩相当量	633 kcal 22.7 g 24.9 g 3.0 g
30 木	麦ごはん 牛乳 豚肉のパーベキューソースかけ もやしの梅おかか和え 大根とえのきのみそ汁	牛乳 豚ロース 鶏肉 かつお節 豆腐 みそ	麦ごはん 砂糖 ごま	生姜 りんご ねぎ にんにく もやし きゅうり 人参 大根 えのきたけ 小松菜	エネルギー たんぱく質 脂質 食塩相当量	589 kcal 27.2 g 17.8 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。ご了承ください。

一日あたり平均

エネルギー	649 kcal
たんぱく質	26.1 g
脂質	21.3 g
食塩相当量	2.5 g

食事のマナー、できていますか?

食器やはしを正しく持っていますか?



正しいはし使いは、上手にそして美しく食べるための近道です。茶わんやおわんは手に持って食べましょう。

好ききらいをして食べていませんか?



もし自分が一生懸命に作ったものが食べられずによけられたらどう思うでしょう。健康のためにひと口でも食べてみましょう。

口に入れたまま話をしていませんか?



周りに食べ物飛び散ります。もし自分のお皿にそんなものが入ったら、本当にいやですね。気をつけましょう。

食べている途中で立ち歩いたりしていませんか?



食べている途中で席を立ったり、友だちとふざけたりすると、周りには気がなつて、落ち込んで食べることができません。

楽しい雰囲気ですべてができていますか?



みんなで楽しく食べるには、相手のことを考え、お互いが気持ちよく食べることができるといいですね。