【関辺小学校】



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	ウィンナー	岩手県	不検出	12月2日	
3	12/1	白菜	福島県	不検出	12月2日	
4	12/1	きゅうり	福島県	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	キャベツ	愛知県	不検出	12月3日	
7	12/2	長ねぎ	福島県	不検出	12月3日	
8	12/2	人参	千葉県	不検出	12月3日	
9	12/2	じゃがいも	北海道	不検出	12月3日	
10	12/3	給食丸ごと	_	不検出	12月3日	
11	12/3	ロースハム	栃木県	不検出	12月6日	
12	12/3	木綿豆腐	白河市	不検出	12月6日	
13	12/6	給食丸ごと	_	不検出	12月6日	
14	12/6	焼豚	福島県	不検出	12月7日	
15	12/6	キャベツ	愛知県	不検出	12月7日	
16	12/6	もやし	栃木県	不検出	12月7日	
17	12/7	給食丸ごと	_	不検出	12月7日	
18	12/7	にら	福島県	不検出	12月8日	
19	12/7	長ねぎ	福島県	不検出	12月8日	
20	12/7	豚挽き肉	福島県	不検出	12月8日	
21	12/8	給食丸ごと	_	不検出	12月8日	
22	12/8	玉葱	北海道	不検出	12月9日	
23	12/8	じゃがいも	北海道	不検出	12月9日	
24	12/8	きゅうり	福島県	不検出	12月9日	
25	12/8	ハーブチキン	福島県	不検出	12月9日	
26	12/9	給食丸ごと	_	不検出	12月9日	
27	12/9	白菜	福島県	不検出	12月10日	
28	12/9	しめじ	新潟県	不検出	12月10日	
29	12/9	大根	千葉県	不検出	12月10日	
30	12/10	給食丸ごと	_	不検出	12月10日	
31	12/10	人参	茨城県	不検出	12月13日	
32	12/10	豚みそ漬け	福島県	不検出	12月13日	
33	12/13	給食丸ごと	_	不検出	12月13日	

35 12/13 ビーマン 高知県 不検出 12月14日 12月14日 36 12/13 キャベツ 愛知県 不検出 12月14日 12月14日 37 12/13 みかん 福岡県 不検出 12月14日 38 12/14 総食丸ごと 一 不検出 12月15日 12月15日 12/14 世心 世心 世心 世心 世心 世心 世心 世		10/10	14	15-1-1B	-	108448
36 12/13 キャベツ 愛知県 不検出 12月14日 12月14日 37 12/13 みかん 福岡県 不検出 12月14日 12月14日 39 12/14 長ねぎ 福島県 不検出 12月15日 12月16日 12月16日 12月16日 12月16日 12月16日 12月17日 12月16日 12月17日 12月1	34	12/13	ウィンナー	栃木県	不検出	12月14日
37 12/13 みかん 福岡県	\vdash					
38 12/14 給食丸ごと	36	12/13	キャベツ			
39 12/14 長ねぎ 福島県 不検出 12月15日 12月16日 12月16日 12月16日 12月16日 12月16日 12月16日 12月16日 12月17日 12月16日 12月17日 12月1	37	12/13	みかん	福岡県	不検出	12月14日
40 12/14 もやし 栃木県 不検出 12月15日 41 12/14 じゃがいも 北海道 不検出 12月15日 42 12/14 鮭 チリ 不検出 12月15日 43 12/15 給食丸ごと - 不検出 12月15日 44 12/15 内団子 福岡県 不検出 12月16日 45 12/15 玉葱 北海道 不検出 12月16日 46 12/15 ベーコン 北海道 不検出 12月16日 47 12/16 給食丸ごと - 不検出 12月16日 48 12/16 豚小間肉 福島県 不検出 12月17日 49 12/16 ミックスビーンズ 北海道 不検出 12月17日 50 12/16 バナナ フィリピン 不検出 12月17日 51 12/17 給食丸ごと - 不検出 12月17日 52 12/17 約食丸ごと - 不検出 12月20日 53 12/17 人参 茨城県 不検出 12月20日 54 12/17 次のきだけ 新潟県 不検出 12月20日 55 12/17 突きこんにゃく 白河市 不検出 12月20日 56 12/20 給食丸ごと - 不検出 12月20日 57 12/20 競むね肉 北海道 不検出 12月21日 58 12/20 長ねぎ 福島県 不検出 12月21日 59 12/21 給食丸ごと - 不検出 12月21日 50 12/21 給食丸ごと - 不検出 12月21日 51 12/21 にぼう 青森県 不検出 12月23日 52 12/21 人参 茨城県 不検出 12月21日 53 12/21 大根 千葉県 不検出 12月23日 54 12/21 大根 千葉県 不検出 12月23日 55 12/21 大根 千葉県 不検出 12月23日 56 12/23 給食丸ごと - 不検出 12月23日 57 12/20 総食丸ごと - 不検出 12月23日 58 12/21 大根 千葉県 不検出 12月23日 59 12/21 大根 千葉県 不検出 12月23日 50 12/23 給食丸ごと - 不検出 12月23日 51 12/21 大根 千葉県 不検出 12月23日 52 12/23 給食丸ごと - 不検出 12月23日 53 12/21 大根 千葉県 不検出 12月23日 54 12/21 大根 千葉県 不検出 12月23日 55 12/23 給食丸ごと - 不検出 12月23日	38	12/14	給食丸ごと	_	不検出	12月14日
41 12/14 じゃがいも 北海道 不検出 12月15日 42 12/14 鮭 チリ 不検出 12月15日 43 12/15 給食丸ごと - 不検出 12月16日 44 12/15 肉団子 福岡県 不検出 12月16日 45 12/15 玉葱 北海道 不検出 12月16日 46 12/15 ベーコン 北海道 不検出 12月16日 47 12/16 給食丸ごと - 不検出 12月16日 48 12/16 豚小間肉 福島県 不検出 12月17日 49 12/16 ミックスビーンズ 北海道 不検出 12月17日 50 12/16 バナナ フィリピン 不検出 12月17日 51 12/17 給食丸ごと - 不検出 12月17日 51 12/17 総食丸ごと - 不検出 12月17日 52 12/17 鶏もも肉 北海道 不検出 12月20日 53 12/17 人参 茨城県 不検出 12月20日 54 12/17 えのきだけ 新潟県 不検出 12月20日 55 12/17 突きこんにゃく 白河市 不検出 12月20日 56 12/20 給食丸ごと - 不検出 12月20日 57 12/20 鶏むね肉 北海道 不検出 12月21日 58 12/20 長ねぎ 福島県 不検出 12月21日 59 12/20 もやし 栃木県 不検出 12月21日 60 12/21 給食丸ごと - 不検出 12月21日 61 12/21 ごぼう 青森県 不検出 12月23日 62 12/21 人参 茨城県 不検出 12月23日 63 12/21 大根 干葉県 不検出 12月23日 64 12/21 ロースハム 北海道 不検出 12月23日 65 12/23 給食丸ごと - 不検出 12月23日 66 12/23 玉ねぎ 北海道 不検出 12月23日 67 12/23 じゃがいも 北海道 不検出 12月23日	39	12/14	長ねぎ	福島県	不検出	12月15日
42 12/14 鮭 チリ 不検出 12月15日 43 12/15 給食丸ごと - 不検出 12月15日 44 12/15 肉団子 福岡県 不検出 12月16日 45 12/15 玉葱 北海道 不検出 12月16日 46 12/15 ベーコン 北海道 不検出 12月16日 47 12/16 給食丸ごと - 不検出 12月16日 48 12/16 豚小間肉 福島県 不検出 12月17日 49 12/16 ミックスビーンズ 北海道 不検出 12月17日 50 12/16 バナナ フィリピン 不検出 12月17日 51 12/17 給食丸ごと - 不検出 12月17日 52 12/17 鶏もも肉 北海道 不検出 12月20日 53 12/17 人参 茨城県 不検出 12月20日 54 12/17 突きこんにゃく 白河市 不検出 12月20日 55 12/17 突きこんにゃく 白河市 不検出 12月20日 56 12/20 総食丸ごと - 不検出 12月21日 58 12/20 長ねぎ 福島県 不検出 12月21日 59 12/20 もやし 栃木県 不検出 12月21日 60 12/21 給食丸ごと - 不検出 12月21日 61 12/21 ごぼう 青森県 不検出 12月23日 62 12/21 大根 千葉県 不検出 12月23日 63 12/21 大根 千葉県 不検出 12月23日 64 12/23 宏ねぎ 北海道 不検出 12月23日 65 12/23 総食丸ごと - 不検出 12月23日 66 12/23 宏ねぎ 北海道 不検出 12月23日 67 12/23 にゃがいも 北海道 不検出 12月23日 68 12/21 大根 千葉県 不検出 12月23日 69 12/23 宏ねぎ 北海道 不検出 12月23日 60 12/23 宏ねぎ 北海道 不検出 12月23日 61 12/21 大根 千葉県 不検出 12月23日 62 12/21 大根 千葉県 不検出 12月23日 63 12/21 大根 千葉県 不検出 12月23日 64 12/23 宏ねぎ 北海道 不検出 12月23日 65 12/23 宏ねぎ 北海道 不検出 12月23日 66 12/23 エねぎ 北海道 不検出 12月24日	40	12/14	もやし	栃木県	不検出	12月15日
43 12/15 給食丸ごと - 不検出 12月15日 44 12/15 肉団子 福岡県 不検出 12月16日 45 12/15 玉葱 北海道 不検出 12月16日 46 12/15 ベーコン 北海道 不検出 12月16日 47 12/16 給食丸ごと - 不検出 12月16日 48 12/16 豚小間肉 福島県 不検出 12月17日 49 12/16 ミックスピーンズ 北海道 不検出 12月17日 50 12/16 バナナ フィリピン 不検出 12月17日 51 12/17 給食丸ごと - 不検出 12月17日 52 12/17 鶏もも肉 北海道 不検出 12月20日 53 12/17 人参 茨城県 不検出 12月20日 54 12/17 えのきだけ 新潟県 不検出 12月20日 55 12/17 突きこんにゃく 白河市 不検出 12月20日 56 12/20 給食丸ごと - 不検出 12月20日 57 12/20 鶏むね肉 北海道 不検出 12月21日 58 12/20 長ねぎ 福島県 不検出 12月21日 59 12/20 もやし 栃木県 不検出 12月21日 60 12/21 給食丸ごと - 不検出 12月21日 61 12/21 ごぼう 青森県 不検出 12月23日 62 12/21 人参 茨城県 不検出 12月23日 63 12/21 大根 干葉県 不検出 12月23日 64 12/21 ロースハム 北海道 不検出 12月23日 65 12/23 給食丸ごと - 不検出 12月23日 66 12/23 玉ねぎ 北海道 不検出 12月23日 67 12/23 ごゃがいも 北海道 不検出 12月23日 68 12/21 天根 干葉県 不検出 12月23日 69 12/21 未海道 不検出 12月23日 60 12/21 未存む 12月23日 61 12/21 元元八ム 北海道 不検出 12月23日 62 12/23 転食丸ごと - 不検出 12月23日 63 12/21 大根 干葉県 不検出 12月23日 64 12/21 ロースハム 北海道 不検出 12月24日 65 12/23 玉ねぎ 北海道 不検出 12月24日	41	12/14	じゃがいも	北海道	不検出	12月15日
44 12/15 肉団子 福岡県 不検出 12月16日 45 12/15 玉葱 北海道 不検出 12月16日 46 12/15 ベーコン 北海道 不検出 12月16日 47 12/16 給食丸ごと - 不検出 12月16日 48 12/16 豚小間肉 福島県 不検出 12月17日 49 12/16 ミックスビーンズ 北海道 不検出 12月17日 50 12/16 バナナ フィリピン 不検出 12月17日 51 12/17 給食丸ごと - 不検出 12月17日 51 12/17 総食丸ごと - 不検出 12月17日 52 12/17 鶏もも肉 北海道 不検出 12月20日 53 12/17 人参 茨城県 不検出 12月20日 54 12/17 えのきだけ 新潟県 不検出 12月20日 55 12/17 突きこんにゃく 白河市 不検出 12月20日 56 12/20 給食丸ごと - 不検出 12月20日 57 12/20 鶏むね肉 北海道 不検出 12月21日 58 12/20 長ねぎ 福島県 不検出 12月21日 59 12/20 もやし 栃木県 不検出 12月21日 60 12/21 お食丸ごと - 不検出 12月21日 61 12/21 ごぼう 青森県 不検出 12月23日 62 12/21 人参 茨城県 不検出 12月23日 63 12/21 大根 千葉県 不検出 12月23日 64 12/21 ロースハム 北海道 不検出 12月23日 65 12/23 給食丸ごと - 不検出 12月23日 66 12/23 玉ねぎ 北海道 不検出 12月23日 67 12/23 これぎ 北海道 不検出 12月23日 68 12/23 玉ねぎ 北海道 不検出 12月23日 69 12/21 たね 千葉県 不検出 12月23日 60 12/23 玉ねぎ 北海道 不検出 12月24日	42	12/14	鮭	チリ	不検出	12月15日
45 12/15 玉葱 北海道 不検出 12月16日 12/15 ベーコン 北海道 不検出 12月16日 12/16 給食丸ごと 一 不検出 12月17日	43	12/15	給食丸ごと	_	不検出	12月15日
46 12/15 ベーコン 北海道 不検出 12月16日 12/16 給食丸ごと 一	44	12/15	肉団子	福岡県	不検出	12月16日
47 12/16 総食丸ごと - 不検出 12月16日	45	12/15	玉葱	北海道	不検出	12月16日
48 12/16 豚小間肉 福島県 不検出 12月17日 12月17	46	12/15	ベーコン	北海道	不検出	12月16日
12/16 ミックスビーンズ 北海道 不検出 12月17日 12/17 12/17 給食丸ごと 一	47	12/16	給食丸ごと	_	不検出	12月16日
12/16	48	12/16	豚小間肉	福島県	不検出	12月17日
12/17 給食丸ごと	49	12/16	ミックスビーンズ	北海道	不検出	12月17日
52 12/17 鶏もも肉 北海道 不検出 12月20日	50	12/16	バナナ	フィリピン	不検出	12月17日
53 12/17 人参 茨城県 不検出 12月20日 12月21日 12月23日 12月24日 12月24	51	12/17	給食丸ごと	-	不検出	12月17日
54 12/17 えのきだけ 新潟県 不検出 12月20日 55 12/17 突きこんにゃく 白河市 不検出 12月20日 56 12/20 給食丸ごと 一 不検出 12月20日 57 12/20 鶏むね肉 北海道 不検出 12月21日 58 12/20 長ねぎ 福島県 不検出 12月21日 59 12/20 もやし 栃木県 不検出 12月21日 60 12/21 給食丸ごと 一 不検出 12月21日 61 12/21 ごぼう 青森県 不検出 12月23日 62 12/21 人参 茨城県 不検出 12月23日 63 12/21 大根 千葉県 不検出 12月23日 64 12/21 ロースハム 北海道 不検出 12月23日 65 12/23 給食丸ごと 一 不検出 12月24日 66 12/23 玉ねぎ 北海道 不検出 12月24日 67 12/23 じゃがいも 北海道 不検出 12月24日	52	12/17	鶏もも肉	北海道	不検出	12月20日
55 12/17 突きこんにゃく 白河市 不検出 12月20日 12月20日 12月20日 12月20日 12月21日 12月23日 12月21日 12月23日 12月21日 12月23日 12月21日 12月23日 12月24日	53	12/17	人参	茨城県	不検出	12月20日
56 12/20 給食丸ごと 一 不検出 12月20日 57 12/20 鶏むね肉 北海道 不検出 12月21日 58 12/20 長ねぎ 福島県 不検出 12月21日 59 12/20 もやし 栃木県 不検出 12月21日 60 12/21 給食丸ごと 一 不検出 12月21日 61 12/21 ごぼう 青森県 不検出 12月23日 62 12/21 人参 茨城県 不検出 12月23日 63 12/21 大根 千葉県 不検出 12月23日 64 12/21 ロースハム 北海道 不検出 12月23日 65 12/23 給食丸ごと 一 不検出 12月23日 66 12/23 玉ねぎ 北海道 不検出 12月24日 67 12/23 じゃがいも 北海道 不検出 12月24日	54	12/17	えのきだけ	新潟県	不検出	12月20日
57 12/20 鶏むね肉 北海道 不検出 12月21日 58 12/20 長ねぎ 福島県 不検出 12月21日 59 12/20 もやし 栃木県 不検出 12月21日 60 12/21 給食丸ごと 一 不検出 12月21日 61 12/21 ごぼう 青森県 不検出 12月23日 62 12/21 人参 茨城県 不検出 12月23日 63 12/21 大根 千葉県 不検出 12月23日 64 12/21 ロースハム 北海道 不検出 12月23日 65 12/23 給食丸ごと 一 不検出 12月23日 66 12/23 玉ねぎ 北海道 不検出 12月24日 67 12/23 じゃがいも 北海道 不検出 12月24日	55	12/17	突きこんにゃく	白河市	不検出	12月20日
58 12/20 長ねぎ 福島県 不検出 12月21日 59 12/20 もやし 栃木県 不検出 12月21日 60 12/21 給食丸ごと 一 不検出 12月21日 61 12/21 ごぼう 青森県 不検出 12月23日 62 12/21 人参 茨城県 不検出 12月23日 63 12/21 大根 千葉県 不検出 12月23日 64 12/21 ロースハム 北海道 不検出 12月23日 65 12/23 給食丸ごと 一 不検出 12月23日 66 12/23 玉ねぎ 北海道 不検出 12月24日 67 12/23 じゃがいも 北海道 不検出 12月24日	56	12/20	給食丸ごと	_	不検出	12月20日
59 12/20 もやし 栃木県 不検出 12月21日 60 12/21 給食丸ごと - 不検出 12月21日 61 12/21 ごぼう 青森県 不検出 12月23日 62 12/21 人参 茨城県 不検出 12月23日 63 12/21 大根 千葉県 不検出 12月23日 64 12/21 ロースハム 北海道 不検出 12月23日 65 12/23 給食丸ごと - 不検出 12月23日 66 12/23 玉ねぎ 北海道 不検出 12月24日 67 12/23 じゃがいも 北海道 不検出 12月24日	57	12/20	鶏むね肉	北海道	不検出	12月21日
60 12/21 給食丸ごと 一 不検出 12月21日 61 12/21 ごぼう 青森県 不検出 12月23日 62 12/21 人参 茨城県 不検出 12月23日 63 12/21 大根 千葉県 不検出 12月23日 64 12/21 ロースハム 北海道 不検出 12月23日 65 12/23 給食丸ごと 一 不検出 12月23日 66 12/23 玉ねぎ 北海道 不検出 12月24日 67 12/23 じゃがいも 北海道 不検出 12月24日	58	12/20	長ねぎ	福島県	不検出	12月21日
61 12/21 ごぼう 青森県 不検出 12月23日 62 12/21 人参 茨城県 不検出 12月23日 63 12/21 大根 千葉県 不検出 12月23日 64 12/21 ロースハム 北海道 不検出 12月23日 65 12/23 給食丸ごと 一 不検出 12月23日 66 12/23 玉ねぎ 北海道 不検出 12月24日 67 12/23 じゃがいも 北海道 不検出 12月24日	59	12/20	もやし	栃木県	不検出	12月21日
62 12/21 人参 茨城県 不検出 12月23日 63 12/21 大根 千葉県 不検出 12月23日 64 12/21 ロースハム 北海道 不検出 12月23日 65 12/23 給食丸ごと 一 不検出 12月23日 66 12/23 玉ねぎ 北海道 不検出 12月24日 67 12/23 じゃがいも 北海道 不検出 12月24日	60	12/21	給食丸ごと	_	不検出	12月21日
63 12/21 大根 千葉県 不検出 12月23日 64 12/21 ロースハム 北海道 不検出 12月23日 65 12/23 給食丸ごと 一 不検出 12月23日 66 12/23 玉ねぎ 北海道 不検出 12月24日 67 12/23 じゃがいも 北海道 不検出 12月24日	61	12/21	ごぼう	青森県	不検出	12月23日
64 12/21 ロースハム 北海道 不検出 12月23日 65 12/23 給食丸ごと - 不検出 12月23日 66 12/23 玉ねぎ 北海道 不検出 12月24日 67 12/23 じゃがいも 北海道 不検出 12月24日	62	12/21	人参	茨城県	不検出	12月23日
65 12/23 給食丸ごと - 不検出 12月23日 66 12/23 玉ねぎ 北海道 不検出 12月24日 67 12/23 じゃがいも 北海道 不検出 12月24日	63	12/21	大根	千葉県	不検出	12月23日
66 12/23 玉ねぎ 北海道 不検出 12月24日 67 12/23 じゃがいも 北海道 不検出 12月24日	64	12/21	ロースハム	北海道	不検出	12月23日
67 12/23 じゃがいも 北海道 不検出 12月24日	65	12/23	給食丸ごと	_	不検出	12月23日
	66	12/23	玉ねぎ	北海道	不検出	12月24日
68 12/24 給食丸ごと — 不給出 12日24日	67	12/23	じゃがいも	北海道	不検出	12月24日
⁰⁰ 12/27 111以 250000 111 111 111	68	12/24	給食丸ごと	_	不検出	12月24日



В	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 水	麦ご飯 牛乳 骨までたべれるサバ ほうれん草のおひたし けんちん汁	サバ 豚肉 木綿豆腐	牛乳煮干	精白米 精麦 さといも		ほうれんそう にんじん	もやしこん だいぎ うまばし ではして でした でした でした でした でした でした でした でした でした でした	エネルギー たんぱく 脂質 食塩相当量	668 kcal 28.3 g 24.9 g 1.7 g
2 木	コッペパン 牛乳 フランクソーセージ フレンチサラダ 白菜のスープ	フランクフル ト ロースハム	牛乳	コッペパン 三温糖	なたね油	ブロッコリー にんじん こまつな	キャベツり 玉葱ささい はだけの ません はだけ を まささい は たけ が は た は た は た は た う に た う に た う に た り に た り に た り に た り に り に り た り と り と り と り と り と り と り と り と り と	エネルギー たんぱく質 脂質 食塩相当量	632 kcal 23.7 g 25 g 2.9 g
3金	麦ご飯 牛乳 ささみチーズフライ キャベツのサラダ こまつなのみそ汁	さみチーズ フライ たまご 伝詰 木綿豆腐	牛乳煮干	精白米 精麦 三温糖 じゃがいも	大豆油なたね油	にんじん こまつな	キャベツ だいこん 玉葱 もろこし ねぎ	エネルギー たんぱく 脂質 食塩相当量	666 kcal 31.3 g 20.2 g 1.7 g
6 月	麦ご飯 牛乳 鶏のから揚げ コールスローサラダ わかめのみそ汁	鶏のから揚げ ロースハム 油揚げ 木綿豆腐	牛乳 わかめ 煮干	精白米 精麦 三温糖 じゃがいも	大豆油 マヨネーズ(全 卵型)	にんじん	キャベツ 玉葱 とうもろこし	エネルギー たんぱく質 脂質 食塩相当量	692 kcal 24.6 g 27 g 1.8 g
7 火	塩ラーメン 牛乳 はるまき シャキシャキサラダ	焼き豚 なると えだまめ	煮干 牛乳	中華めん(ソフトメ ン) 三温糖	大豆油 なたね油	にんじん	味したものです。 味しなかでしたいでもある。 はながでしたいできる。 はないでもある。 はないでは、 はないでは、 はないでは、 はないでは、 はないでは、 はないでは、 はないでは、 はないでは、 はないでは、 はないでは、 はないでは、 はないでは、 はないできます。 はないできます。 はないできます。 はないできます。 はないできます。 はないできます。 はないできます。 はないできます。 はないできます。 はないできます。 はないできます。 はないできます。 はないできます。 はないできます。 はないできます。 はないできます。 はないできます。 はないできます。 はないできます。 はないできまないできまない。 はないできまないできまない。 はないできまないできまない。 はないできまないできまない。 はないできまないできまない。 はないできまないできまない。 はないできまないできまない。 はないできまないできまない。 はないできまないできまない。 はないできまないできまないできまない。 はないできまないできまないできまないできまない。 はないできまないできまないできまないできまないできまないできまないできまないできま	エネルギー だんばく質 脂質 食塩相当量	734 kcal 26 g 28 g 4.1 g
8 水	麦ご飯 牛乳 チキンナゲット 大根サラダ 麻婆豆腐	ロースハム 豚ひき肉 木綿豆腐	牛乳	精白米精麦 三温糖 上白糖 かたくり粉	なたね油 大豆油	にんじん にら	だいこんり きゃマうツ しねぎ せしれぎ せしれるこ	エネルギー たんぱく質 脂質 食塩相当量	666 kcal 27.7 g 22.8 g 2.5 g
9 木	コッペパン 牛乳 チキンハープステーキ ポパイサラダ ボトフ風スープ	鶏肉 たまご ロースハム ウィンナー	牛乳	コッペパン じゃがいも	ごま(いり) マ ヨネーズ(全卵 型) 有塩バ ター	ほうれんそう にんじん パセリ	しょうが 玉葱 きゅうり セにんにく	エネルギー だんばく質 脂質 食塩相当量	696 kcal 30.9 g 27.7 g 2.2 g
10 金	納豆ご飯 牛乳 アジフリッター 野菜サラダ 具だくさんみそ汁	納豆 アジフリッ ター ロースハム 木綿豆腐	牛乳 わかめ 煮干	精白米 精麦 三温糖 じゃがいも	大豆油	にんじん ブロッコリー こまつな	キャベツ だいこん ほんしめじ はくさい ねぎ 干し椎茸	エネルギー たんぱく 脂質 食塩相当量	599 kcal 22.1 g 17.8 g 1.7 g
13 月	麦ご飯 牛乳 豚のみそ焼き 野菜のごま和え じゃが芋と豆腐のみそ汁	豚肉 木綿豆腐	牛乳 わかめ 煮干	精白米 精麦 三温糖 じゃがいも	大豆油ごま	ほうれんそう にんじん こまつな	もやし キャベツ ねぎ	エネルギー たんぱく質 脂質 食塩相当量	636 kcal 28.2 g 19 g 1.8 g
14 火	スパゲティナポリタン 牛乳 ブロッコリーサラダ 果物(みかん)	ウィンナー	牛乳	スパゲッティ	有塩パター	にんじん 青ピーマン トマト缶詰 ブロッコリー	玉葱 にんにうが しょうもろこし キャベツ みかん	エネルギーたんぱく質脂質食塩相当量	638 kcal 21.6 g 17.3 g 2.2 g

今月の給食目標

寒さに負けない食事について知ろう





令和3年度 白河市立関辺小学校

В	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 水	《減塩メニューの日》 麦ご飯 牛乳 鮭の塩焼き 五色和え なめこのみそ汁	べにざけ 焼き豚 たま綿豆腐	牛乳 わかめ 煮干	精白米 精麦 三温糖 じゃがいも	大豆油ごま	ほうれんそう にんじん	もやし なめこ ねぎ	エネルギー たんぱく質 脂質 食塩相当量	599 kcal 29.3 g 16.8 g 1.6 g
16 木	コッペパン 牛乳 ミートボール ポテトサラダ コンソメスープ	ロースハムベーコン	牛乳	コッペパン じゃがいも	マヨネーズ (全卵型)	にんじん ほうれんそう パセリ	玉葱 きゅうり とうもろこし	エネルギー たんぱく質 脂質 食塩相当量	638 kcal 22 g 24.6 g 2.7 g
17 金	ビーンズカレー 牛乳 中華サラダ フルーツ杏仁	えだまめ 豚肉 焼 き豚 たまご	牛乳	精白米 精麦 じゃがいも 三温糖 杏仁豆腐	なたね油 有塩パター ごま 大豆油	にんじん	玉葱 にんにく キャペラり もやし もやし もかあっさりみか ん 甘みあっさり パイン バナナ	エネルギー たんぱく 質脂質 食塩相当量	790 kcal 22.9 g 28 g 4 g
20 月	麦ご飯 牛乳 五目厚焼卵 れんこんのきんぴら えのきのみそ汁	厚焼卵 鶏肉 さつま揚げ	牛乳煮干	精白米 精麦 三温糖 じゃがいも	ごま大豆油	にんじん こまつな	れんこん えのきたけ ねぎ こんにゃく	エネルギー たんぱく質 脂質 食塩相当量	608 kcal 23.4 g 16.3 g 2.4 g
21 火	五目うどん 牛乳 枝豆フリッター 小松菜ともやしの おかか和え	鶏肉 油揚げ かつお節 枝豆フリッター	牛乳	うどん(ソフトメン) 三温糖	大豆油ごま	にんじん ほうれんそう こまつな	ねぎ 干し椎茸 もやし	エネルギー たんぱく質 脂質 食塩相当量	594 kcal 26.4 g 14.8 g 2.1 g
23 木	☆「冬至」メニュー☆ 麦ご飯 牛乳 のりたまふりかけ かぼちゃサラダ 筑前煮	ロースハム 鶏肉 さつま揚げ	牛乳	精白米 精麦 さといも	マヨネーズ (全卵型)	かぼちゃ にんじん いんげん	玉葱 きゅうり たけのこれんこん ごぼう 干し椎茸 こんにゃく だいこん	エネルギーたんぱく質脂質食塩相当量	608 kcal 20 g 18.3 g 1.6 g
24 金	☆ グリスマスメニュー ☆ チキンピラフ 牛乳 もみの木ハンバーグ ビーンズサラダ ミネストローネ クリスマスデザート	鶏肉 えだまめ 大豆 焼き豚 ベーコン	牛乳 ダイス チーズ	精白米 精麦 三温糖 じゃがいも マカロニ ケーキ	有塩バター 大豆油 ごま油 ごま	にんじん トマト缶詰 パセリ	玉葱 グリンピース とうもろこし きゅいこん ゼロリー にんにく	エネルギー たんぱく質 脂質 食塩相当量	930 kcal 34.3 g 34.9 g 3 g
・1: ・調·	☆ ちょっとした工夫でカンタン減塩 ☆ ・1食の献立の中で、何か1品に塩味を効かせて、その他の料理は薄味に。 ・調味料は「かける」のではなく、小皿を使って「つける」。二度づけはしない。 ・ラーメン、うどんなどのスープは半分は残す。 出来ることから「減塩」に取り組み、子供のころから生活習慣病を予防しましょう! *養価平均							エネルギー たんぱく質 脂質 食塩相当量	670 kcal 26.0 g 22.6 g 2.4 g

- ※ 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す。 (低学年20%減、高学年20%増)

冬休みを元気に過ごすために!! 存ちに待った冬休みです。冬休みはクリスマスやお正月楽しいイベントがたくさんある反面、体調をくずしやすい時期でもあります。次のことに意識してお過ごしください。 ①朝食は 毎朝 8 時までにとる。 ②間食 (おやつ) は 2 0 0 kcal 片手のひら 1 つ分を意識する。 ③睡眠時間は 8 時間以上とる。

