

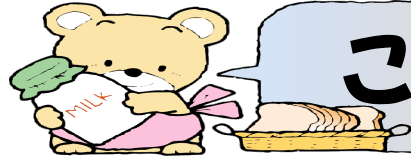
【関辺小学校】



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	1/12	給食丸ごと	—	不検出	1月12日	
2	1/12	鶏もも肉	青森県	不検出	1月13日	
3	1/13	給食丸ごと	—	不検出	1月13日	
4	1/13	人参	茨城県	不検出	1月14日	
5	1/13	白菜	茨城県	不検出	1月14日	
6	1/13	板こんにゃく	白河市	不検出	1月14日	
7	1/13	豚小間肉	福島県	不検出	1月14日	
8	1/14	給食丸ごと	—	不検出	1月14日	
9	1/14	長ねぎ	福島県	不検出	1月17日	
10	1/14	大根	千葉県	不検出	1月17日	
11	1/14	鶏むね肉	青森県	不検出	1月17日	
12	1/17	給食丸ごと	—	不検出	1月17日	
13	1/17	にら	茨城県	不検出	1月18日	
14	1/17	キャベツ	愛知県	不検出	1月18日	
15	1/17	もやし	栃木県	不検出	1月18日	
16	1/17	豚挽き肉	福島県	不検出	1月18日	
17	1/18	給食丸ごと	—	不検出	1月18日	
18	1/18	長ねぎ	福島県	不検出	1月19日	
19	1/18	しめじ	新潟県	不検出	1月19日	
20	1/18	えのきだけ	新潟県	不検出	1月19日	
21	1/18	里芋	長崎県	不検出	1月19日	
22	1/19	給食丸ごと	—	不検出	1月19日	
23	1/19	きゅうり	栃木県	不検出	1月20日	
24	1/19	玉ねぎ	北海道	不検出	1月20日	
25	1/19	卵	白河市	不検出	1月20日	
26	1/20	給食丸ごと	—	不検出	1月20日	
27	1/20	バナナ	フィリピン	不検出	1月21日	
28	1/20	じゃがいも	北海道	不検出	1月21日	
29	1/20	ロースハム	栃木県	不検出	1月21日	
30	1/21	給食丸ごと	—	不検出	1月21日	
31	1/21	人参	茨城県	不検出	1月24日	
32	1/21	しらたき	白河市	不検出	1月24日	
33	1/21	豚小間肉	福島県	不検出	1月24日	

34	1/24	給食丸ごと	—	不検出	1月24日	
35	1/24	セロリ	愛知県	不検出	1月25日	
36	1/24	玉ねぎ	北海道	不検出	1月25日	
37	1/24	みかん	熊本県	不検出	1月25日	
38	1/25	給食丸ごと	—	不検出	1月25日	
39	1/25	キャベツ	愛知県	不検出	1月27日	
40	1/25	木綿豆腐	白河市	不検出	1月27日	
41	1/25	鶏ひき肉	北海道	不検出	1月27日	
42	1/27	給食丸ごと	—	不検出	1月27日	
43	1/27	人参	茨城県	不検出	1月28日	
44	1/27	さんまでん粉付き	台湾	不検出	1月28日	
45	1/28	給食丸ごと	—	不検出	1月28日	
46	1/28	にら	茨城県	不検出	1月31日	
47	1/28	もやし	栃木県	不検出	1月31日	
48	1/28	豚挽き肉	福島県	不検出	1月31日	
49	1/31	給食丸ごと	—	不検出	1月31日	
50	1/31	きゅうり	高知県	不検出	2月1日	
51	1/31	豚小間肉	福島県	不検出	2月1日	



こんだてひょう



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	
12 水	麦ご飯 牛乳 鮭の塩焼き 五色和え もずく入りみそ汁	へにざけ 焼き豚 たまご 木綿豆腐	牛乳 わかめ もずく 煮干	精白米 精麦 三温糖 じゃがいも	ごま ごま油	ほうれんそ う にんじん	もやし はくさい ねぎ	エネルギー たんぱく質 脂質 食塩相当量	664 kcal 26.1 g 23 g 2.1 g
13 木	食パン(2枚) 牛乳 いちご&マーガリン ローストチキン ポテトサラダ コーンスープ、プリン	鶏肉 ロースハム たまご ベーコン	牛乳	食パン じゃがいも かたくり粉 いちごジャム プリン	マヨネーズ (全卵型) マーガリン	にんじん パセリ	しょうが 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	762 kcal 31 g 24.8 g 3 g
14 金	麦ご飯 牛乳 さばの塩焼き シャキシャキサラダ 豚汁	さばの塩焼 き えだまめ 豚肉 木綿豆腐 かつお節	牛乳	精白米 精麦 三温糖 さといも	ごま なたね油 大豆油	にんじん	キャベツ れんこん だいこん とうもろこし ごぼう はくさい こんにゃく ねぎ	エネルギー たんぱく質 脂質 食塩相当量	664 kcal 30 g 22.1 g 1.6 g
17 月	わかめご飯 牛乳 いかナゲット れんこんのきんぴら いものこ汁	鶏肉 さつまいも	牛乳 煮干	精白米 精麦 三温糖 さといも	ごま 大豆油	にんじん ごまつな	れんこん ごぼう だいこん ねぎ こんにゃく	エネルギー たんぱく質 脂質 食塩相当量	617 kcal 24.7 g 17.1 g 2.5 g
18 火	みそラーメン 牛乳 餃子 ほうれん草のごま和え	豚肉	牛乳 煮干	中華めん(ワ トウ) 上白糖	ごま	にんじん にら ほうれんそ う	にんにく しょうが もやし 玉葱 ねぎ	エネルギー たんぱく質 脂質 食塩相当量	587 kcal 27 g 17.2 g 1.9 g
19 水	《減塩メニューの日》 麦ご飯、牛乳 鶏の照り焼き きのこ和え のっぺい汁	鶏肉 油揚げ	牛乳 煮干	精白米 精麦 上白糖 さといも かたくり粉	大豆油	にんじん ごまつな	しょうが ほんしめじ えのきたけ キャベツ 干し椎茸 だいこん ねぎ	エネルギー たんぱく質 脂質 食塩相当量	568 kcal 27.3 g 14.2 g 1.6 g
20 木	黒糖パン 牛乳 手作りミートグラタン ハムとキャベツのマリネ 卵スープ	豚肉 ロースハム たまご	牛乳 チーズ ペシャメルル わかめ	黒糖パン マカロニ じゃがいも 上白糖 かたくり粉	有塩バター オリーブ油	パセリ にんじん ほうれんそ う	玉葱 とうもろこし マッシュルーム(水煮缶詰) 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	761 kcal 28.6 g 30.7 g 3.7 g
21 金	チキンカレー 牛乳 コールスローサラダ フルーツ杏仁	鶏肉 ロースハム	牛乳	精白米 精麦 じゃがいも 三温糖 杏仁豆腐 甘みあっさり みかん 甘みあっさり パイナップル	なたね油 有塩バター マヨネーズ (全卵型)	にんじん ブロッコ リー	玉葱 にんにく キャベツ とうもろこし バナナ	エネルギー たんぱく質 脂質 食塩相当量	809 kcal 25.5 g 27.9 g 4.1 g
24 月	麦ご飯 牛乳 納豆 切り干し大根の炒め煮 肉じゃが	鶏肉 えだまめ さつまいも 豚肉	牛乳	精白米 精麦 三温糖 じゃがいも 小車心	大豆油 ごま	にんじん いんげん	切干しだいこ ん 干し椎茸 しらたき 玉葱	エネルギー たんぱく質 脂質 食塩相当量	701 kcal 31.3 g 18.8 g 1.9 g

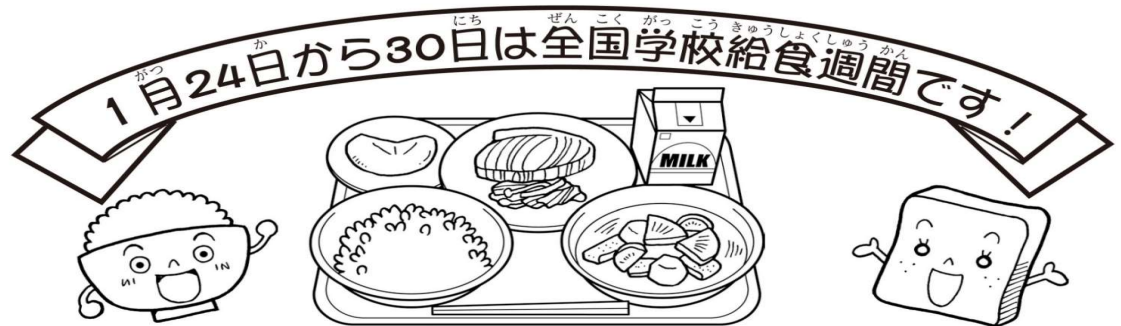
今月の給食目標

《感謝して食べよう》・心のこもったあいさつ・上手な後片づけ



令和3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	
25 火	スパゲティ・ミートソース 牛乳 ブロッコリー・ツナサラダ 果物(みかん)	豚肉 まぐろ缶詰	牛乳	スパゲティ	有塩バター ごま油	にんじん パセリ トマト缶詰 ブロッコ リー	玉葱 しょうが にんにく セロリ キャベツ きゅうり 温州蜜柑	エネルギー たんぱく質 脂質 食塩相当量	629 kcal 16.5 g 19.7 g 1.7 g
26 水	<div style="border: 1px solid black; padding: 5px; display: inline-block;"> 全校生 弁当の日 1/26 </div>		<div style="border: 1px solid black; padding: 10px; display: inline-block;"> 弁当 </div>						
27 木	三色ご飯 牛乳 春雨サラダ 豆腐のみそ汁	鶏肉 たまご えだまめ ロースハム 木綿豆腐	牛乳 わかめ 煮干	精白米 精麦 三温糖 はるさめ	大豆油 ごま油 ごま	にんじん	もやし キャベツ きゅうり ねぎ	エネルギー たんぱく質 脂質 食塩相当量	613 kcal 26.7 g 18 g 2.1 g
28 金	麦ご飯 牛乳 さんまの蒲焼き ごぼうと小松菜のごま和え あさりのみそ汁	さんま あさり 油揚げ	牛乳 わかめ 煮干	精白米 精麦 上白糖	大豆油 ごま	ごまつな にんじん	ごぼう もやし ねぎ	エネルギー たんぱく質 脂質 食塩相当量	591 kcal 30.7 g 15.1 g 1.9 g
31 月	麦ご飯 牛乳 野菜はるまき 中華サラダ 麻婆豆腐	焼き豚 錦糸たまご 豚肉 木綿豆腐	牛乳	精白米 精麦 野菜はるま き 三温糖 上白糖 かたくり粉	大豆油 ごま	にんじん にら	キャベツ きゅうり もやし しょうが ねぎ 干し椎茸 たけのこ	エネルギー たんぱく質 脂質 食塩相当量	704 kcal 28.5 g 23.8 g 2.3 g
☆減塩のポイント・食品を選ぶときのコツ☆ ①加工食品の食塩量に気をつけましょう。 【塩分量】 ・食パン8枚切1枚…0.5g ・塩しじゃけ1切…0.9g ・ロースハム1枚…0.5g ・カレーウ1人分…2g ・魚肉ソーセージ1本…2.5g		<div style="border: 1px solid black; padding: 5px; display: inline-block;"> 減塩 </div>		②外食や弁当は表示で食塩量を確認しましょう。		③減塩調味料・食品を上手に利用しましょう。		1月の児童 (8~9歳) 栄養価平均	
※ 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、中学生 児童のものです。(低学年20%減、高学年20%増)								エネルギー たんぱく質 脂質 食塩相当量 667 kcal 27.2 g 21.0 g 2.3 g	



学校給食は、明治22年に山形県の鶴岡市の私立忠愛小学校で貧困児童を対象に行わ
れたのがはじまりです。毎日おいしい給食を食べられることに感謝しましょう。