

(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	5/2	キャベツ	愛知県	不検出	5月6日	
2	5/2	人参	徳島県	不検出	5月6日	
3	5/2	大根	千葉県	不検出	5月6日	
4	5/6	ごぼう	青森県	不検出	5月9日	
5	5/6	じゃがいも	北海道	不検出	5月9日	
6	5/6	給食丸ごと	—	不検出	5月6日	
7	5/6	牛乳	郡山市	不検出	5月6日	
8	5/9	きゅうり	福島県	不検出	5月10日	
9	5/9	パプリカ	韓国	不検出	5月10日	
10	5/9	玉ねぎ	北海道	不検出	5月10日	
11	5/9	給食丸ごと	—	不検出	5月9日	
12	5/10	ほうれん草	群馬県	不検出	5月11日	
13	5/10	もやし	福島県	不検出	5月11日	
14	5/10	えのき	新潟県	不検出	5月11日	
15	5/10	給食丸ごと	—	不検出	5月10日	
16	5/11	チンゲン菜	静岡県	不検出	5月12日	
17	5/11	大根	千葉県	不検出	5月12日	
18	5/11	ねぎ	福島県	不検出	5月12日	
19	5/11	給食丸ごと	—	不検出	5月11日	
20	5/12	キャベツ	茨城県	不検出	5月13日	
21	5/12	にら	福島県	不検出	5月13日	
22	5/12	給食丸ごと	—	不検出	5月12日	
23	5/12	牛乳	郡山市	不検出	5月12日	
24	5/13	玉ねぎ	北海道	不検出	5月17日	
25	5/13	水菜	福島県	不検出	5月17日	
26	5/13	焼ちくわ	宮城県	不検出	5月17日	
27	5/13	給食丸ごと	—	不検出	5月13日	
28	5/17	人参	徳島県	不検出	5月18日	
29	5/17	ピーマン	茨城県	不検出	5月18日	
30	5/17	チンゲン菜	静岡県	不検出	5月18日	
31	5/17	給食丸ごと	—	不検出	5月17日	
32	5/18	ねぎ	茨城県	不検出	5月19日	

33	5/18	もやし	福島県	不検出	5月19日	
34	5/18	じゃがいも	長崎県	不検出	5月19日	
35	5/18	給食丸ごと	—	不検出	5月18日	
36	5/19	キャベツ	福島県	不検出	5月20日	
37	5/19	玉ねぎ	北海道	不検出	5月20日	
38	5/19	給食丸ごと	—	不検出	5月19日	
39	5/19	牛乳	郡山市	不検出	5月19日	
40	5/20	スナックえんどう	福島県	不検出	5月23日	
41	5/20	きゅうり	福島県	不検出	5月23日	
42	5/20	とりもも肉	北海道	不検出	5月23日	
43	5/20	給食丸ごと	—	不検出	5月20日	
44	5/23	人参	徳島県	不検出	5月24日	
45	5/23	アスパラガス	福島県	不検出	5月24日	
46	5/23	バナナ	フィリピン	不検出	5月24日	
47	5/23	給食丸ごと	—	不検出	5月23日	
48	5/24	小松菜	福島県	不検出	5月25日	
49	5/24	じゃがいも	長崎県	不検出	5月25日	
50	5/24	ねぎ	茨城県	不検出	5月25日	
51	5/24	給食丸ごと	—	不検出	5月24日	
52	5/25	卵	福島県	不検出	5月26日	
53	5/25	キャベツ	福島県	不検出	5月26日	
54	5/25	きゅうり	福島県	不検出	5月26日	
55	5/25	給食丸ごと	—	不検出	5月25日	
56	5/26	えのき	新潟県	不検出	5月27日	
57	5/26	もやし	福島県	不検出	5月27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30日	
61	5/27	大根	福島県	不検出	5月30日	
62	5/27	白菜	茨城県	不検出	5月30日	
63	5/27	給食丸ごと	—	不検出	5月27日	
64	5/30	キャベツ	福島県	不検出	5月31日	
65	5/30	きゅうり	福島県	不検出	5月31日	
66	5/30	玉ねぎ	北海道	不検出	5月31日	
67	5/30	給食丸ごと	—	不検出	5月30日	
68	5/31	白菜	茨城県	不検出	6月1日	
69	5/31	キャベツ	福島県	不検出	6月1日	
70	5/31	大根	福島県	不検出	6月1日	
71	5/31	給食丸ごと	—	不検出	5月31日	

令和4年度5月 学校給食予定献立 (5月2日～5月18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	
2月	遠足運動予備日のため 弁当持参日				
3火	憲法記念日				
4水	みどりの日				
5木	こどもの日				
6金	端午の節句献立 ご飯 牛乳 チキンカツみそだれがけ 海藻とこんにゃくのサラダ 沢煮椀 かしわもち	牛乳 鶏肉 卵 みそ 海藻ミックス ツナ 豚肉 油揚げ	ごはん 薄力粉 パン粉 揚げ油 砂糖 こんにゃく かしわもち	トマト キャベツ きゅうり 人参 ごぼう 大根 たけのこ 干しいたけ いんげん	エネルギー 754 kcal たんぱく質 30.2 g 脂質 15.3 g 食塩相当量 2.4 g
9月	たけのこご飯 牛乳 枝豆入卵焼き 五目きんぴら きぬさやのみそ汁	牛乳 鶏肉 油揚げ 枝豆入り卵焼き 豚肉 さつま揚げ 生揚げ みそ	ごはん 砂糖 サラダ油 こんにゃく ごま じゃがいも	たけのこ 干しいたけ 人参 ごぼう れんこん いんげん えのきたけ 絹さや	エネルギー 662 kcal たんぱく質 30.3 g 脂質 21.6 g 食塩相当量 3.1 g
10火	スライス丸パン 牛乳 白身魚フライ えびと香草のサラダ 肉団子入トマトスープ	牛乳 白身魚フライ かまぼこ えび ミートボール	スライス丸パン 揚げ油 オリーブ油 砂糖	キャベツ きゅうり 黄パプリカ 人参 玉ねぎ 大根 セロリ トマト	エネルギー 585 kcal たんぱく質 24.0 g 脂質 23.6 g 食塩相当量 2.4 g
11水	体育会前スタミナ献立① 麦ご飯 牛乳 豚丼の具 春雨サラダ 辛味豆腐汁	牛乳 豚肉 ハム 鶏ひき肉 豆腐 大豆ミート みそ	麦ごはん サラダ油 こんにゃく ふ 砂糖 はるさめ ごま油 ごま	玉ねぎ 枝豆 にんにく 生姜 ほうれん草 きゅうり 人参 もやし えのきたけ にはら	エネルギー 622 kcal たんぱく質 26.0 g 脂質 17.3 g 食塩相当量 2.6 g
12木	体育会前スタミナ献立② 麦ご飯 牛乳 鶏肉のスパイス焼き チンゲン菜のナムル トックスープ	牛乳 鶏肉 わかめ	麦ごはん 砂糖 ごま油 ごま トック	切干大根 チンゲン菜 人参 大根 もやし ねぎ	エネルギー 602 kcal たんぱく質 23.0 g 脂質 17.5 g 食塩相当量 2.1 g
13金	体育会前スタミナ献立③ 麦ご飯 牛乳 回鍋肉 麻婆豆腐 河内晩柑	牛乳 豚肉 みそ 豆腐 豚ひき肉 鶏ひき肉 大豆ミート	麦ごはん サラダ油 砂糖 片栗粉 ごま油	にんにく 生姜 人参 キャベツ にはら ねぎ 干しいたけ 河内晩柑	エネルギー 647 kcal たんぱく質 29.3 g 脂質 18.6 g 食塩相当量 1.9 g
16月	体育会 繰替休業日				
17火	山菜うどん 牛乳 手作りかきあげ 県産一口りんごゼリー	豚肉 油揚げ 牛乳 ちくわ 桜えび	中華めん 砂糖 天ぷら粉 揚げ油 りんごゼリー	大根 わらび 干しいたけ ねぎ 玉ねぎ 人参 とうもろこし ごぼう みずな	エネルギー 650 kcal たんぱく質 23.5 g 脂質 21.7 g 食塩相当量 2.1 g
18水	ウェルかむランチ わかめごはん 鶏肉と野菜の黒酢あん 中華風卵スープ 青のり小魚	わかめ 鶏肉 豆腐 卵	麦ごはん サラダ油 砂糖 片栗粉 揚げ油 じゃがいも ごま油	生姜 にんにく 玉ねぎ 人参 青ピーマン とうもろこし 缶詰 ねぎ 干しいたけ チンゲン菜	エネルギー 589 kcal たんぱく質 17.8 g 脂質 17.5 g 食塩相当量 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。

※給食は、市の測定器で放射性物質検査を行い、安全を確認した後提供しています。検査結果は市のホームページに掲載しています。

令和4年度5月 学校給食予定献立 (5月19日～5月31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		
19 木	麦ご飯 牛乳 鶏肉の七味焼き 三色和え なめこのみそ汁	牛乳 鶏肉 かつお節 豆腐 みそ	麦ごはん ごま 砂糖 じゃがいも	ねぎ にんにく もやし 人参 ほうれん草 なめこ	エネルギー たんぱく質 脂質 食塩相当量	587 kcal 24.4 g 17.4 g 2.3 g
20 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 砂糖 じゃがいも	もやし キャベツ きゅうり にんにく 生姜 玉ねぎ 人参 グリンピース もも パイン みかん	エネルギー たんぱく質 脂質 食塩相当量	716 kcal 21.9 g 22.4 g 3.6 g
23 月	麦ご飯 牛乳 鶏唐のレモン醤油かけ スナツプえんどうのサラダ 油麩のみそ汁	牛乳 鶏肉 わかめ ハム みそ	麦ごはん 片栗粉 揚げ油 砂糖 ごま 油麩 じゃがいも	生姜 にんにく スナツプえんどう 人参 きゅうり ほうれん草 玉ねぎ ねぎ	エネルギー たんぱく質 脂質 食塩相当量	667 kcal 24.2 g 21.4 g 2.2 g
24 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 スモークチキンとアスパラのサラバナナ	牛乳 豚ひき肉 大豆ミート 鶏肉	コッペパン マカロニ サラダ油	玉ねぎ 人参 マッシュルーム トマト キャベツ アスパラガス 黄パプリカ バナナ	エネルギー たんぱく質 脂質 食塩相当量	594 kcal 23.7 g 21.8 g 2.5 g
🍣 日本型食生活献立 🍣						
25 水	麦ご飯 牛乳 かつおのごまみそがらめ 小松菜のおかかサラダ わかめと豆腐のみそ汁	牛乳 かつお みそ 鶏肉 かつお節 豆腐 わかめ	麦ごはん 揚げ油 こんにゃく 砂糖 ごま じゃがいも	もやし 人参 小松菜 ねぎ	エネルギー たんぱく質 脂質 食塩相当量	588 kcal 27.5 g 14.7 g 2.4 g
26 木	親子丼 牛乳 塩昆布あえ ごま汁	牛乳 鶏肉 凍り豆腐 卵 塩昆布 油揚げ 豆腐 みそ	麦ごはん 砂糖 さといも ごま	干しいたけ 玉ねぎ グリンピース キャベツ きゅうり 人参 ねぎ	エネルギー たんぱく質 脂質 食塩相当量	650 kcal 26.6 g 19.2 g 2.4 g
27 金	キムチチャーハン 牛乳 ちくわのサラダ ワンタンスープ オレンジゼリー	牛乳 豚肉 ちくわ かつお節 鶏肉	ごはん サラダ油 砂糖 ごま ワンタン ごま油	にんにく 人参 たけのこ 干しいたけ 枝豆 ねぎ キャベツ とうもろこし きゅうり 玉ねぎ えのきたけ いら もやし オレンジゼリー	エネルギー たんぱく質 脂質 食塩相当量	582 kcal 21.1 g 14.5 g 3.2 g
30 月	麦ごはん 牛乳 豚肉のバーベキューソース ほうれん草のごま和え けんちん汁	牛乳 豚ロース 豆腐 みそ	麦ごはん 砂糖 ごま ねりごま ごま さといも こんにゃく	生姜 りんご ねぎ にんにく もやし 人参 ほうれん草 ごぼう 大根 白菜 干しいたけ	エネルギー たんぱく質 脂質 食塩相当量	632 kcal 27.3 g 20.5 g 2.2 g
31 火	アップルパン 牛乳 えびフライ チーズサラダ 新玉ねぎのスープ	牛乳 えびフライ ハム ヨーグルト ベーコン	コッペパン 揚げ油 マヨネーズ 砂糖 バター	ドライアップル キャベツ 人参 きゅうり とうもろこし レモン果汁 玉ねぎ パセリ	エネルギー たんぱく質 脂質 食塩相当量	583 kcal 21.6 g 26.0 g 2.1 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。御了承ください。

※給食は、市の測定器で放射性物質検査を行い、安全を確認した後提供しています。検査結果は市のホームページに掲載しています。

一日あたり平均	
エネルギー	630 kcal
たんぱく質	24.8 g
脂質	19.5 g
食塩相当量	2.5 g

【丈夫な体を作るには？】

成長期のみなさんは、体も心も毎日成長している大切な時期ですが、好きなものを好きだけ食べていては、元気な体をつくることはできません。赤・黄・緑の食品をバランスよくとり、規則正しい生活をする事で丈夫な体がつくられていきます。

