

【表郷中学校】



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	もやし	福島県	不検出	12月5日	
2	12/1	キャベツ	茨城県	不検出	12月5日	
3	12/1	給食丸ごと	—	不検出	12月1日	
4	12/2	鶏モモ	岩手県	不検出	12月6日	
5	12/2	ねぎ	白河市表郷	不検出	12月6日	
6	12/2	給食丸ごと	—	不検出	12月2日	
7	12/5	木綿豆腐	白河市表郷	不検出	12月7日	
8	12/5	大根	白河市表郷	不検出	12月7日	
9	12/5	給食丸ごと	—	不検出	12月5日	
10	12/6	人参	千葉県	不検出	12月8日	
11	12/6	じゃがいも	白河市表郷	不検出	12月8日	
12	12/6	給食丸ごと	—	不検出	12月6日	
13	12/7	きゅうり	栃木県	不検出	12月9日	
14	12/7	白菜	白河市表郷	不検出	12月9日	
15	12/7	給食丸ごと	—	不検出	12月7日	
16	12/8	キャベツ	福島県	不検出	12月12日	
17	12/8	絹ごし豆腐	白河市表郷	不検出	12月12日	
18	12/8	給食丸ごと	—	不検出	12月8日	
19	12/9	ねぎ	白河市表郷	不検出	12月13日	
20	12/9	給食丸ごと	—	不検出	12月9日	
21	12/12	豚モモ	福島県	不検出	12月14日	
22	12/12	しらたき	群馬県	不検出	12月14日	
23	12/12	給食丸ごと	—	不検出	12月12日	
24	12/13	セロリー	静岡県	不検出	12月15日	

25	12/13	りんご	秋田県	不検出	12月15日	
26	12/13	給食丸ごと	—	不検出	12月13日	
27	12/14	つきこんにゃく	茨城県・栃木県	不検出	12月16日	
28	12/14	ごぼう	栃木県	不検出	12月16日	
29	12/14	給食丸ごと	—	不検出	12月14日	
30	12/15	大根	白河市表郷	不検出	12月19日	
31	12/15	にら	白河市表郷	不検出	12月19日	
32	12/15	給食丸ごと	—	不検出	12月15日	
33	12/16	もやし	福島県	不検出	12月20日	
34	12/16	人参	千葉県	不検出	12月20日	
35	12/16	給食丸ごと	—	不検出	12月16日	
36	12/19	玉ねぎ	北海道	不検出	12月21日	
37	12/19	キャベツ	茨城県	不検出	12月21日	
38	12/19	給食丸ごと	—	不検出	12月19日	
39	12/20	じゃがいも	白河市表郷	不検出	12月22日	
40	12/20	給食丸ごと	—	不検出	12月20日	
41	12/21	給食丸ごと	—	不検出	12月21日	
42	12/22	給食丸ごと	—	不検出	12月22日	



[12月 給食予定献立表]

2022年12月

表郷中学校

日	主食	牛乳	おかず	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	E100等 たんぱく質 脂質 食塩相当量
1 木	ピザトースト	○	ブロッコリーサラダ マカロニスープ ヨーグルト	無塩漬けベーコン、シュレットチーズ、牛乳、ツナ、鶏肉モモ(皮なし)、白いお星さま	給食用食パン、マカロニ、なたね油	玉葱、青ピーマン、とうもろこし、キャベツ、きゅうり、ブロッコリー、にんじん、グリーンピース	580 kcal 27.3 g 26.2 g 2.7 g
2 金	麦ご飯	○	さけ西京焼き 大豆とひじきの煮物 とうふのみそ汁	牛乳、さけ西京漬け、米みそ(赤色辛みそ)、ひじき、大豆(水煮)、鶏肉モモ(皮なし)、さつま揚げ、カットわかめ、絹ごし豆腐	水稲穀粒(精白米)、おおむぎ(押麦)、ビタミン強化米、三温糖、なたね油、じゃがいも	ごぼう、にんじん、さやいんげん、突こんにゃく、玉葱	621 kcal 31.9 g 16.8 g 3.3 g
5 月	豚キムチチャーハン	○	もやしらの油あえ ワンタンスープ ゆめオレンジ	豚ばら、いらたまご、牛乳、豚モモ(脂肪なし)、なると	水稲穀粒(精白米)、おおむぎ(押麦)、なたね油、ごま油、ウエーワンタン	にんじん、たけのこ(千切り)、ねぎ、はくさい(キムチ漬け)、もやし、ほうれんそう、キャベツ、干し椎茸、ゆめオレンジ	650 kcal 23.3 g 21.2 g 2.7 g
6 火	きつねうどん	○	さつまいもの天ぷら ひじきのあえ物	なると、鶏肉モモ(皮なし)、味付け油揚げ、牛乳、ひじき、錦糸卵	給食用ソフト麺、さつまいもの天ぷら、大豆油	ねぎ、干し椎茸、にんじん、ほうれんそう、だいこん、きゅうり	744 kcal 29.0 g 15.9 g 4.0 g
7 水	麦ご飯	○	いわしごま味噌煮 おひたし なめこのみそ汁	牛乳、いわしごまオイル焼き、かつお加工品(かつお節)、木綿豆腐、米みそ(赤色辛みそ)	水稲穀粒(精白米)、おおむぎ(押麦)、ビタミン強化米	ほうれんそう、もやし、にんじん、キャベツ、だいこん、なめこ、ねぎ	534 kcal 22.7 g 12.0 g 2.2 g
8 木	コッペパン	○	アップルジャム マカロニグラタン グリーンサラダ コンソメスープ	牛乳、豚ひき肉、シュレットチーズ、ツナ	コッペパン、アップルジャム、マカロニ、薄力粉、オリーブ油、じゃがいも	玉葱、マッシュルーム(水煮)、ブロッコリー、きゅうり、とうもろこし、にんじん、セロリー、パセリ	603 kcal 27.2 g 25.4 g 2.9 g
9 金	麦ご飯	○	鶏のから揚げ スパゲティサラダ 白菜の味噌汁	牛乳、鶏肉モモ(皮なし)、海藻ミックス、生揚げ、米みそ(淡色辛みそ)	水稲穀粒(精白米)、おおむぎ(押麦)、ビタミン強化米、かたくり粉、大豆油、スパゲティ、白すりごま、ごま油、上白糖	キャベツ、にんじん、きゅうり、とうもろこし、ブロッコリー、はくさい、なめこ	701 kcal 27.6 g 25.0 g 3.1 g
12 月	麦ご飯	○	さば竜田揚げ ごまあえ しめじのみそ汁	牛乳、さば竜田揚げ、絹ごし豆腐、米みそ(赤色辛みそ)	水稲穀粒(精白米)、おおむぎ(押麦)、ビタミン強化米、白すりごま、白ねりごま、白ごま(いり)、上白糖	もやし、キャベツ、小松菜、にんじん、ぶなしめじ、ねぎ	717 kcal 26.8 g 30.2 g 2.4 g
13 火	白河ラーメン	○	チャーシュー のり ツナサラダ	鶏肉モモ(皮なし)、うずら卵(水煮)、なると、牛乳、チャーシュー、焼きのり、ツナ	中華めん	ほうれんそう、しなちく、ねぎ、キャベツ、きゅうり、にんじん	804 kcal 35.5 g 45.5 g 5.6 g
14 水	<減塩メニューの日> 納豆ご飯	○	塩こんぶ和え すき焼き煮 オレンジゼリー	納豆、牛乳、塩昆布、豚モモ(脂肪なし)、木綿豆腐	水稲穀粒(精白米)、おおむぎ(押麦)、ビタミン強化米、ごま油、じゃがいも、焼きふ(車ふ)、三温糖、夢オレンジゼリー	だいこん、キャベツ、ブロッコリー、きゅうり、にんじん、しょうが、しらたき、はくさい、ねぎ	679 kcal 32.1 g 17.8 g 1.4 g
15 木	セルフサンドパン	○	あらびきポークウィンナー キャベツサラダ ミネストローネ 果物(りんご)	牛乳、あらびきロングウィンナー、無塩漬けベーコン、大豆(水煮)	コッペパン、オリーブ油、三温糖、マカロニ、じゃがいも、無塩バター	キャベツ、きゅうり、にんじん、とうもろこし、玉葱、セロリー、りんご	657 kcal 23.8 g 31.5 g 3.2 g
16 金	麦ご飯	○	ぶりの幽庵焼き こんやくのきんぴら かぼちゃのみそ汁	牛乳、ぶり、さつま揚げ、油揚げ、米みそ(赤色辛みそ)	水稲穀粒(精白米)、おおむぎ(押麦)、ビタミン強化米、なたね油、三温糖	ゆず(果汁)、突こんにゃく、ごぼう、にんじん、さやいんげん、かぼちゃ、玉葱、ぶなしめじ	622 kcal 26.4 g 19.9 g 3.1 g
19 月	麦ご飯	○	上海パオズ ナムル マーボー豆腐	牛乳、上海包子、木綿豆腐、鶏ひき肉、米みそ(赤色辛みそ)	水稲穀粒(精白米)、おおむぎ(押麦)、ビタミン強化米、白ごま(いり)、なたね油、三温糖、ごま油、かたくり粉	だいこん、小松菜、にんじん、干し椎茸、たけのこ(千切り)、ねぎ、にら	712 kcal 30.3 g 25.5 g 3.0 g
20 火	麦ご飯	○	厚焼き玉子 おかかあえ すいとん汁	牛乳、厚焼き玉子、かつお加工品(削り節)、豚モモ(脂肪なし)、生揚げ	水稲穀粒(精白米)、おおむぎ(押麦)、ビタミン強化米、冷凍すいとん	ほうれんそう、キャベツ、もやし、にんじん、干し椎茸、だいこん、ねぎ	597 kcal 24.2 g 14.8 g 2.0 g
21 水	<クリスマスメニュー> チキンライス	○	もみの木型ハンバーグ フレンチサラダ コンソメスープ クリスマスデザート	牛乳、もみの木型ハンバーグ、無塩漬けベーコン	水稲穀粒(精白米)、おおむぎ(押麦)、雪結晶バスタ、クリスマスケーキ	キャベツ、ブロッコリー、にんじん、玉葱、とうもろこし、パセリ	685 kcal 21.6 g 24.1 g 2.6 g
22 木	<冬至メニュー> かぼちゃパン	○	白身魚のきのこオイル焼き コンソメスープ 野菜スープ はちみつゆずゼリー	牛乳、メルルーサ、米みそ(赤色辛みそ)、ツナ、鶏肉モモ(皮なし)	コッペパン、三温糖、なたね油、じゃがいも、はちみつゆずゼリー	かぼちゃペースト、玉葱、ぶなしめじ、えのきたけ、キャベツ、にんじん、とうもろこし、パセリ	524 kcal 27.5 g 15.6 g 2.9 g

※材料等の都合により献立が変更になることがありますのでご了承ください。

※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。

月の 栄養価平均	652 kcal 27.3 g 23.0 g 2.9 g
-------------	---------------------------------------

市では食育の一環として、子どもの頃から薄味の習慣がつくように「減塩」に取り組んでいます。学校給食では「だし」のうま味やレモン・香辛料の風味を生かすなど、うす味でも美味しく食べられるような工夫をしています。毎月、塩分の少ないメニューの日を「減塩メニューの日」としてお知らせしていきますのでご家庭でも献立の参考にしてください。

