

〔白河市学校給食センター〕



日立アロ食品放射能測定システム 検査機器 シンレーション検出器

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	3/2	給食丸ごと	—	不検出	3月2日	
2	3/3	給食丸ごと	—	不検出	3月3日	



令和2年 3月 学校給食予定献立表



白河市学校給食センター

日曜日	献立名	赤の食品	緑の食品	黄色の食品	栄養価	休みの学校
		おもに体をつくるもと	おもに体の調子を整えるもと	おもにエネルギーのもと		
2月	ごはん 牛乳 しゅうまい もやしのひき肉炒め もずくスープ	牛乳 しゅうまい 豚肉 大豆 ベーコン もずく	にんじん もやし にら たまねぎ	ごはん マロニー でんぶ ごま油 じゃがいも	エネルギー 542・683 Kcal たんぱく質 19.5・24.1 g 脂質 15.4・18.8 g 食塩相当量 1.9・2.5 g	
3日	『おひな様にちなんだ献立』 ちらしずし 牛乳 サワラの香味焼き 菜の花のおかかマヨあえ あさり汁 桜もち	牛乳 きざみのり さわら 糸かつお あさり 豆腐	しょうが ねぎ 菜の花 ほうれん草 もやし にんじん みつば	ごはん マヨネーズ 庄内麩 桜もち	エネルギー 677・792 Kcal たんぱく質 29.6・34.8 g 脂質 15.9・17.7 g 食塩相当量 3.5・4.2 g	
4日	ごはん 牛乳 手作りコロッケ(ソース) レンコンサラダ ほうれん草のみそ汁	牛乳 豚肉 チーズ 卵 油揚げ	たまねぎ パセリ レンコン にんじん きゅうり キャベツ ほうれん草 だいこん	ごはん ダイスポテ バター 小麦粉 パン粉 米サラダ油	エネルギー 678 Kcal たんぱく質 21.4 g 脂質 20.9 g 食塩相当量 2.1 g	全中
5日	五目あんかけラーメン 牛乳 ナムル 肉まん	牛乳 豚肉 なたと 肉まん	干しいたけ にんじん たまねぎ キャベツ もやし たけのこ きくらげ ほうれん草	中華めん 米サラダ油 でんぶ ごま油 三温糖 いらごま	エネルギー 683 Kcal たんぱく質 27.7 g 脂質 18.9 g 食塩相当量 3.4 g	全中
6日	ごはん 牛乳 手作り豆腐ハンバーグ和風ソース シャキシャキサラダ 大根のみそ汁	牛乳 豆腐 鶏ひき肉 大豆 ひじき 生揚げ 卵	にんじん だいこん たもぎたけ コーン レンコン きゅうり	ごはん じゃがいも パン粉 三温糖 米サラダ油 でんぶ	エネルギー 608・727 Kcal たんぱく質 23.8・27.7 g 脂質 16.5・18.5 g 食塩相当量 2.4・2.9 g	中央中 白二中
9日	ごはん 牛乳 鶏肉の唐揚げ サラスパ 小松菜のみそ汁	牛乳 鶏肉 油揚げ	しょうが キャベツ にんじん きゅうり コーン ブロッコリー 小松菜 しめじ	ごはん でんぶ 米サラダ 油 スパゲティ すりごま ごま油	エネルギー 603・718 Kcal たんぱく質 22.9・26.9 g 脂質 18.2・20.4 g 食塩相当量 2.0・2.4 g	
10日	コッペパン 牛乳 オムレツきのソース ひじきのマリネ コーンポタージュ	牛乳 オムレツ ひじき 無添加ロースハム 脱脂粉乳 無添加ベーコン	しめじ マッシュルーム たまねぎ にんじん キャベツ クリームコーン	コッペパン 三温糖 でんぶ 米サラダ油 小麦粉 バター	エネルギー 814・995 Kcal たんぱく質 32.2・38.8 g 脂質 27.3・31.8 g 食塩相当量 3.5・4.3 g	
11日	ポークカレーライス 牛乳 海藻サラダ いちご	牛乳 豚肉 シュレットチーズ 海藻サラダ	しょうが セロリ たまねぎ にんじん パセリ みずな キャベツ だいこん いちご	ごはん 米サラダ油 じゃがいも 三温糖 ごま油	エネルギー 686・813 Kcal たんぱく質 21.1・24.3 g 脂質 23.1・26.0 g 食塩相当量 3.1・3.6 g	
12日	ごはん 牛乳 鶏肉のしょうが焼き ポテトサラダ かき玉汁 すだちゼリー(中学校のみ)	牛乳 鶏肉 豆腐 無添加ロースハム 卵	しょうが たまねぎ きゅうり コーン えのき しめじ 干しいたけ ねぎ	ごはん ダイスポテ マヨネーズ 米サラダ油 でんぶ すだちゼリー	エネルギー 605・716 Kcal たんぱく質 26.0・30.6 g 脂質 16.8・18.8 g 食塩相当量 1.9・2.2 g	
13日	ごはん 牛乳 白身魚の甘酢あんかけ 磯香あえ 玉ねぎのみそ汁 国産オレンジ	牛乳 ホキ ちりめんじゃこ きざみのり 油揚げ	たまねぎ にんじん たけのこ さやえんどう 干しいたけ ほうれん草 キャベツ にんじん 国産オレンジ	ごはん でんぶ 三温糖 米サラダ油 いらごま じゃがいも	エネルギー 643 Kcal たんぱく質 25.9 g 脂質 16.5 g 食塩相当量 2.8 g	全中
16日	ごはん 牛乳 サバの竜田揚げ 五目ビーフン 凍み豆腐のみそ汁	牛乳 さば 無添加ベーコン 凍み豆腐	しょうが にんじん 小松菜 キャベツ 干しいたけ はくさい ねぎ	ごはん でんぶ 米サラダ油 ビーフン いらごま 上白糖	エネルギー 641・777 Kcal たんぱく質 24.9・29.8 g 脂質 20.8・24.1 g 食塩相当量 2.6・3.1 g	全中3年
17日	ごはん 牛乳 五目肉団子 もやしのごまあえ 豚汁 ミニトマト	牛乳 肉団子 豚肉 豆腐	もやし キャベツ きゅうり ごぼう だいこん にんじん はくさい ねぎ ミニトマト	ごはん すりごま ねりごま 三温糖 じゃがいも こんにやく 米サラダ油	エネルギー 630・734 Kcal たんぱく質 24.1・27.2 g 脂質 19.1・20.8 g 食塩相当量 2.0・2.3 g	全中3年
18日	ごはん 牛乳 手作りメンチカツ(ソース) 糸かまサラダ じゃがいものみそ汁	牛乳 豚肉 卵 糸かまぼこ 生揚げ わかめ	たまねぎ キャベツ きゅうり にんじん ねぎ	ごはん パン粉 小麦粉 米サラダ油 じゃがいも	エネルギー 692・825 Kcal たんぱく質 26.7・31.2 g 脂質 21.0・23.7 g 食塩相当量 2.3・2.8 g	全中3年
19日	スパゲティナポリタン 牛乳 和風サラダ 豆乳パンナコッタ	牛乳 無添加ベーコン	たまねぎ にんじん ピーマン たもぎたけ パセリ キャベツ きゅうり だいこん	スパゲティ バター 小麦粉 でんぶ 米サラダ油 三温糖	エネルギー 677・793 Kcal たんぱく質 22.5・26.2 g 脂質 18.2・20.1 g 食塩相当量 2.6・3.1 g	全中3年

(3月給食日 14日) ※ 材料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。

小学校栄養価平均	エネルギー 656kcal	たんぱく質 24.9g	脂質 19.2g	食塩 2.6g
中学校栄養価平均	エネルギー 787kcal	たんぱく質 29.4g	脂質 21.7g	食塩 3.1g

ご卒業おめでとうございます。

小学校6年生・中学校3年生の皆さん、ご卒業おめでとうございます。
今年度も喜ばれる給食を提供することに心がけてきました。

中学校3年生の皆さんは、学校給食も卒業し、4月からお弁当です。
主食や主菜ばかりにならないように、乳製品や野菜料理をなるべく取り入れてください。食べなかった場合は夕食で副菜を増やし、栄養バランスを補ってください。

