

〔表郷小学校〕



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	11/2	給食丸ごと	—	不検出	11月2日	
2	11/2	玉ねぎ	北海道	不検出	11月5日	
3	11/4	給食丸ごと	—	不検出	11月4日	
4	11/4	お米	福島県	不検出	11月	
5	11/4	キャベツ	栃木県	不検出	11月9日	
6	11/4	しめじ	福島県	不検出	11月9日	
7	11/5	給食丸ごと	—	不検出	11月5日	
8	11/5	洗い里芋	福島県	不検出	11月10日	
9	11/5	柿	新潟県	不検出	11月10日	
10	11/5	豚モモ肉	福島県	不検出	11月10日	
11	11/9	給食丸ごと	—	不検出	11月9日	
12	11/9	ミニブロッコリー	エクアドル	不検出	11月11日	
13	11/9	ミニ納豆	白河市表郷	不検出	11月11日	
14	11/10	給食丸ごと	—	不検出	11月10日	
15	11/10	人参	青森県	不検出	11月12日	
16	11/10	キャベツ	福島県	不検出	11月12日	
17	11/11	給食丸ごと	—	不検出	11月11日	
18	11/11	お米	福島県	不検出	11月	
19	11/11	生なめこ	福島県	不検出	11月13日	
20	11/11	鶏モモ肉	岩手県	不検出	11月13日	
21	11/12	給食丸ごと	—	不検出	11月12日	
22	11/12	青ピーマン	茨城県	不検出	11月16日	
23	11/12	豚モモこま肉	福島県	不検出	11月16日	
24	11/13	給食丸ごと	—	不検出	11月13日	
25	11/13	大根	白河市表郷	不検出	11月17日	
26	11/13	ねぎ	白河市表郷	不検出	11月17日	
27	11/13	えのき茸	福島県	不検出	11月17日	
28	11/16	給食丸ごと	—	不検出	11月16日	
29	11/16	もやし	郡山市	不検出	11月18日	
30	11/16	絹豆腐	白河市表郷	不検出	11月18日	
31	11/17	給食丸ごと	—	不検出	11月17日	
32	11/17	じゃがいも	北海道	不検出	11月19日	
33	11/17	しめじ	福島県	不検出	11月19日	
34	11/18	給食丸ごと	—	不検出	11月18日	
35	11/18	お米	福島県	不検出	11月	
36	11/18	ニラ	白河市表郷	不検出	11月20日	

37	11/18	豚ひき肉	福島県	不検出	11月20日	
38	11/19	給食丸ごと	—	不検出	11月19日	
39	11/19	玉ねぎ	北海道	不検出	11月24日	
40	11/19	きゅうり	白河市表郷	不検出	11月24日	
41	11/20	給食丸ごと	—	不検出	11月20日	
42	11/20	鶏モモ肉	岩手県	不検出	11月25日	
43	11/20	無塩漬けボンレススモーク	福島県	不検出	11月25日	
44	11/24	給食丸ごと	—	不検出	11月24日	
45	11/24	キャベツ	福島県	不検出	11月26日	
46	11/24	人参	千葉県	不検出	11月26日	
47	11/25	給食丸ごと	—	不検出	11月25日	
48	11/25	お米	福島県	不検出	11月	
49	11/25	大根	白河市表郷	不検出	11月27日	
50	11/25	ねぎ	白河市表郷	不検出	11月27日	
51	11/26	給食丸ごと	—	不検出	11月26日	
52	11/26	冷凍ぶり切身	韓国	不検出	11月27日	
53	11/26	じゃがいも	北海道	不検出	11月30日	
54	11/26	ごぼう	栃木県	不検出	11月30日	
55	11/26	豚モモ肉	福島県	不検出	11月30日	
56	11/27	給食丸ごと	—	不検出	11月27日	
57	11/27	焼き豚スライス	福島県	不検出	12月1日	
58	11/30	給食丸ごと	—	不検出	11月30日	
59	11/30	味付こだわりメンマ	中国	不検出	12月1日	
60	11/30	鶏卵	福島県	不検出	12月2日	
61	11/30	ニラ	茨城県	不検出	12月2日	

11月学校給食予定献立表

令和2年 11月

白河市立表郷小学校

日	献立名	あか 血や肉など体をつくるものになるもの			きいろ 熱や力を出すものになるもの	みどり 体の調子を整えるものになるもの		栄養価			
2月	三色ごはん 糠和え じゃがいものみそ汁		鶏肉 いりたまご 油揚げ 米みそ	牛乳 きざみのり	精白米 おおむぎ 三温糖 じゃがいも	なたね油	ほうれんそう にんじん グリンピース もやし	エネルギー たんぱく質 脂質 食塩相当量	525 kcal 22.5 g 14.3 g 1.6 g		
4水	麦ご飯 鯖の塩焼き 五目きんぴら かきたま汁		さば切り身 鶏肉 たまご 絹ごし豆腐	牛乳	精白米 おおむぎ 突こんやく 三温糖	大豆油 なたね油	にんじん きやいんげん ほうれんそう ごぼう ねぎ	エネルギー たんぱく質 脂質 食塩相当量	581 kcal 26.9 g 18 g 1.8 g		
5木	丸パン 野菜コロッケ 青じそサラダ コンソメスープ			牛乳	コッペパン 野菜コロッケ じゃがいも	大豆油	ブロッコリー にんじん パセリ	エネルギー たんぱく質 脂質 食塩相当量	623 kcal 21 g 16.6 g 2.6 g		
9月	麦ご飯 チーズinハンバーグ しめじと野菜の汁 わかめのみそ汁		チーズinハンバーグ みみそ	牛乳 わかめ(乾)	精白米 おおむぎ	なたね油 有塩バター	にんじん ぶなしめじ キャベツ とうもろこし 玉葱	エネルギー たんぱく質 脂質 食塩相当量	513 kcal 18.2 g 14.6 g 1.4 g		
10火	芋煮うどん 糠和え 柿		豚肉	牛乳 きざみのり	ソフト種 洗いさといも 三温糖	なたね油	にんじん ほうれんそう だいこん ぶなしめじ ねぎ ごぼう もやし かき	エネルギー たんぱく質 脂質 食塩相当量	544 kcal 24.5 g 11.3 g 2.2 g		
11水	納豆ご飯 しょうが焼き ひじきとツナのサラダ しめじのみそ汁		納豆 豚肉 ツナ 絹ごし豆腐 米みそ	牛乳 ひじき(乾)	精白米 おおむぎ	大豆油	にんじん ブロッコリー	エネルギー たんぱく質 脂質 食塩相当量	692 kcal 30.5 g 26.8 g 1.5 g		
12木	食パン マーメイド 照焼チキン 海藻サラダ クラムチャウダー		照焼チキン あさり(冷凍)	牛乳 まわかめ	食パン 三温糖 じゃがいも	ごま油 有塩バター	にんじん パセリ	エネルギー たんぱく質 脂質 食塩相当量	565 kcal 22.9 g 18.7 g 2.3 g		
13金	麦ご飯 鉄っ子ひじき 五目厚焼き卵 切り昆布の煮物 なめこのみそ汁		五目厚焼き卵 鶏肉 さつま揚げ 米みそ	牛乳 鉄っ子ひじき 刻み昆布	精白米 おおむぎ 突こんやく じゃがいも	大豆油	にんじん 切っしだいこん なめこ ねぎ	エネルギー たんぱく質 脂質 食塩相当量	545 kcal 19.3 g 13.1 g 2 g		
16月	焼き肉丼 ゴボウサラダ とうふのみそ汁 りんごゼリー		豚肉 米みそ 絹ごし豆腐	牛乳 わかめ(乾)	精白米 おおむぎ 三温糖	ごま油 白すりごま なたね油	にんじん 青ピーマン	玉葱 もやし ごぼう きゅうり キャベツ りんごゼリー	エネルギー たんぱく質 脂質 食塩相当量	566 kcal 22.2 g 16.7 g 1.5 g	
17火	麦ご飯 鮭のちゃんちゃん焼き ごま和え 凍み豆腐のみそ汁		しるさけ 甘みそ 凍り豆腐 米みそ	牛乳	精白米 おおむぎ 三温糖	有塩バター 白すりごま	にんじん ほうれんそう	玉葱 キャベツ えのきたけ もやし だいこん ねぎ	エネルギー たんぱく質 脂質 食塩相当量	557 kcal 27.2 g 14.3 g 1.4 g	
18水	麦ご飯 かに入り焼売 もやしのラー油あえ 中華スープ		かに入り焼売 絹ごし豆腐	牛乳	精白米 おおむぎ	ごま油	ほうれんそう にんじん	もやし とうもろこし	エネルギー たんぱく質 脂質 食塩相当量	549 kcal 17.5 g 17.2 g 1.9 g	
19木	ハニートースト 和風サラダ ミネストローネ ラ・フランスゼリー		ベーコン	牛乳	食パン グラニュー糖 はちみつ マカロニ じゃがいも ラ・フランスゼリー	無塩バター なたね油	にんじん ブロッコリー	キャベツ だいこん 玉葱 ぶなしめじ	エネルギー たんぱく質 脂質 食塩相当量	642 kcal 20.2 g 18 g 2.3 g	
20金	麦ご飯 餃子 小松菜のナムル マーボー豆腐		餃子 豚肉 木綿豆腐 米みそ	牛乳	精白米 おおむぎ 三温糖 かたくり粉	ごま油 白すりごま なたね油	小松菜 にんじん にら	もやし たけのこ ねぎ	エネルギー たんぱく質 脂質 食塩相当量	642 kcal 26.8 g 21.4 g 1.8 g	
24火	ミートソースパグティ 野菜サラダ スイートポテト		豚肉	牛乳	スパゲッティ スイートポテト	オリーブ油 なたね油	にんじん 青ピーマン	玉葱 ソテーオニオン マッシュルーム とうもろこし きゅうり キャベツ	エネルギー たんぱく質 脂質 食塩相当量	545 kcal 19.2 g 14.4 g 1.5 g	
25水	麦ご飯 鶏唐と鶏卵のごまみそあえ 小松菜ともやしの おかか和え えのきのみそ汁		鶏肉 米みそ かつお節 米みそ	牛乳	精白米 おおむぎ かたくり粉 板こんにやく 三温糖 じゃがいも	なたね油 いりごま	小松菜 にんじん	もやし えのきたけ ねぎ	エネルギー たんぱく質 脂質 食塩相当量	538 kcal 21.4 g 13.3 g 1.8 g	
26木	食パン ストロベリージャム 野菜ミックス肉団子 グリーンサラダ たまごスープ		野菜ミックス 肉団子 ボンレスハム たまご	牛乳	食パン ストロベリージャム		ブロッコリー にんじん ほうれんそう	キャベツ きゅうり とうもろこし 玉葱	エネルギー たんぱく質 脂質 食塩相当量	623 kcal 25.3 g 19.7 g 2.7 g	
27金	麦ご飯 牛乳 ぶりの照り焼き おひたし 大根と油揚げの味噌汁		ぶり 油揚げ 米みそ	牛乳	精白米 おおむぎ 上白糖		にんじん	キャベツ もやし だいこん ねぎ	エネルギー たんぱく質 脂質 食塩相当量	565 kcal 22.7 g 16.9 g 1.5 g	
30月	玄米ポークカレー 牛乳 シャキシャキサラダ はちみつ&ゆずゼリー		豚肉	牛乳	精白米 おおむぎ 玄米 じゃがいも はちみつ&ゆずゼリー	なたね油	にんじん	玉葱 グリンピース とうもろこし れんこん ごぼう だいこん	エネルギー たんぱく質 脂質 食塩相当量	648 kcal 19.9 g 17.5 g 3 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。	月々の栄養価 平均	エネルギー たんぱく質 脂質 食塩相当量	581 kcal 22.7 g 16.8 g 1.9 g

★ 11月の行事★
3日 文化の日
6日 修学旅行(6年生)
(弁当の日)
23日 勤労感謝の日



偏りなくとりましょう
3つの食品のグループ
食品は「おもにエネルギーのもとになる食品」、「おもに体をつくるもとになる食品」、「おもに体の調子をととのえるものになる食品」の3つのグループに分けることができます。それぞれのグループの食品を組み合わせることで、栄養のバランスがよくなります。