

[東中学校]



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	11/1	給食丸ごと	—	不検出	11月1日	
2	11/1	白ご飯	白河市	不検出	11月1日	
3	11/1	もやし	本宮市	不検出	11月4日	
4	11/1	きゅうり	福島県	不検出	11月4日	
5	11/1	鶏豚湯	宮崎県	不検出	11月4日	
6	11/1	鉄腕キョウサ	福岡県	不検出	11月4日	
7	11/2	給食丸ごと	—	不検出	11月2日	
8	11/2	つきこんにゃく	石川町	不検出	11月8日	
9	11/2	いわしのかりフライ	山口県	不検出	11月8日	
10	11/2	豚モモ	福島県	不検出	11月8日	
11	11/4	給食丸ごと	—	不検出	11月4日	
12	11/4	バナナ	フィリピン	不検出	11月9日	
13	11/4	青ピーマン	茨城県	不検出	11月10日	
14	11/4	しめじ	郡山市	不検出	11月9日	
15	11/8	給食丸ごと	—	不検出	11月8日	
16	11/8	白ご飯	白河市	不検出	11月8日	
17	11/8	きゅうり	福島県	不検出	11月10日	
18	11/8	もやし	本宮市	不検出	11月11日	
19	11/8	豚カタローズ	福島県	不検出	11月10日	
20	11/8	りんご(フジ)	白河市東	不検出	11月15日	
21	11/8	りんご(フジ)	白河市東	不検出	11月15日	
22	11/9	給食丸ごと	—	不検出	11月9日	
23	11/9	油揚げ	郡山市	不検出	11月11日	
24	11/9	生揚げ	郡山市	不検出	11月12日	
25	11/9	赤魚切身(骨なし)	郡山市	不検出	11月12日	
26	11/10	給食丸ごと	—	不検出	11月10日	
27	11/10	水煮コーン	静岡県	不検出	11月12日	
28	11/10	キャベツ	茨城県	不検出	11月15日	
29	11/10	ライトツナフレークR	タイ	不検出	11月18日	
30	11/11	給食丸ごと	—	不検出	11月11日	
31	11/11	すりおろしりんご	長野県	不検出	11月15日	
32	11/11	国産リンコン水煮(イチヨウ切)	青森県	不検出	11月15日	
33	11/12	給食丸ごと	—	不検出	11月12日	
34	11/12	ごぼう	青森県	不検出	11月18日	
35	11/12	もやし	本宮市	不検出	11月18日	

36	11/12	デミグラスソース	兵庫県	不検出	11月16日	
37	11/15	給食丸ごと	—	不検出	11月15日	
38	11/15	白ご飯	福島県	不検出	11月15日	
39	11/15	きゅうり	福島県	不検出	11月19日	
40	11/16	給食丸ごと	—	不検出	11月16日	
41	11/16	生揚げ	郡山市	不検出	11月19日	
42	11/16	鶏挽肉	岩手県	不検出	11月19日	
43	11/17	給食丸ごと	—	不検出	11月17日	
44	11/17	絹豆腐	白河市表郷	不検出	11月24日	
45	11/18	給食丸ごと	—	不検出	11月18日	
46	11/18	みかん S	熊本県	不検出	11月24日	
47	11/19	給食丸ごと	—	不検出	11月19日	
48	11/19	にら	茨城県	不検出	11月24日	
49	11/19	NKRいかフライ	大阪府	不検出	11月25日	
50	11/22	給食丸ごと	—	不検出	11月22日	
51	11/22	白ご飯	白河市	不検出	11月22日	
52	11/22	キャベツ	茨城県	不検出	11月25日	
53	11/22	青ピーマン	茨城県	不検出	11月25日	
54	11/24	給食丸ごと	—	不検出	11月24日	
55	11/24	きゅうり	福島県	不検出	11月26日	
56	11/25	給食丸ごと	—	不検出	11月25日	
57	11/25	キャベツ	茨城県	不検出	11月29日	
58	11/25	オレンジ	アメリカ	不検出	11月29日	
59	11/25	トリモモ	岩手県	不検出	11月29日	
60	11/26	給食丸ごと	—	不検出	11月26日	
61	11/26	もやし	本宮市	不検出	11月29日	
62	11/29	給食丸ごと	—	不検出	11月29日	
63	11/29	白ご飯	白河市	不検出	11月29日	
64	11/29	きゅうり	千葉県	不検出	12月2日	
65	11/29	人参	白河市東	不検出	12月2日	
66	11/29	大根	白河市東	不検出	12月2日	
67	11/29	サツマイモ	白河市東	不検出	12月2日	
68	11/29	里芋	白河市東	不検出	12月3日	
69	11/29	ヤーコン	白河市東	不検出	12月10日	
70	11/29	じゃがいも(とうや)	白河市東	不検出	12月7日	
71	11/29	白菜	白河市東	不検出	12月3日	
72	11/29	かぼちゃ	白河市東	不検出	12月22日	
73	11/29	ネギ	白河市東	不検出	12月2日	
74	11/29	玉ねぎ	北海道	不検出	12月2日	
75	11/30	給食丸ごと	—	不検出	11月30日	
76	11/30	ごぼう	青森県	不検出	12月6日	
77	11/30	かぶ	福島県	不検出	12月6日	
78	11/30	トリモモ	岩手県	不検出	12月2日	



11月 給食予定献立表

令和3年度

白河市立東中学校

日 曜	献立名	あか 血や肉など体をつくる もとなるもの	みどり 体の調子を整える もとなるもの	きいろ 熱ゆ力を出す もとなるもの	家で食べてほしい 食品	栄養価						
						エネルギー	タンパク質	脂質	食塩相当量			
1 月	五目ごはん 牛乳 ホキ磯辺フライ おひたし 玉ねぎのみそ汁	鶏肉 油揚げ ホキ磯辺フライ 生揚げ	牛乳 わかめ 煮干し	にんじん ほうれん草	干しいたけ ごぼう 玉ねぎ キャベツ こんにゃく	ごはん さとう じゃがいも	米油	果物	(kcal) 720	(g) 27.8	(g) 20.5	(g) 3.4
2 火	もち玄米入りごはん 牛乳 鶏肉の香味焼き つのはな炒り えのきのみそ汁	鶏肉 おから さつま揚げ	牛乳 煮干し	にんじん ごまつな	干しいたけ ねぎ ごぼう えのきだけ こんにゃく	もち玄米ごはん さとう 麩 里いも	米油	海藻	737	31.4	15.2	3.1
4 木	しょうゆラーメン 牛乳 揚げキョウザ キャベツといかのあえもの	鶏肉 なた キョウザ 大豆 いか	牛乳 わかめ	にんじん	もやし ねぎ メンマ コーン きゅうり キャベツ	中華めん さとう	ごま 米油 ごま油	乳製品	765	31.5	19.2	2.3
5 金	体育祭のため お弁当持参の日											
8 月	くい歯の日 かみかみ献立 ごはん 牛乳 雑穀入りふりかけ いわしのカリカリフライ 五目きんぴら 凍り豆腐のみそ汁	いわしのフライ 豚肉 凍り豆腐	牛乳 煮干し	にんじん いんげん ごまつな	ごぼう 干しいた ねぎ こんにゃく	ごはん さとう 里いも キヌア ひえ	米油 ごま	卵	766	26.1	21.6	2.4
9 火	セルフサンドパン(胚芽パン) 牛乳 チキンサラダ ポトフ バナナ <small>チキンサラダは喜んで食べましょう。</small>	鶏肉 ウィンナー	牛乳	にんじん	キャベツ バナナ 玉ねぎ だいこん グリーン ブーンス しめ じきゅうり	胚芽パン じゃがいも ノンエッグマヨネーズ		魚	863	31.1	29.2	2.6
10 水	ごはん 牛乳 酢豚 もやしのあえもの 豆腐のスープ	豚肉 豆腐 くらげ	牛乳 わかめ	にんじん ピーマン ほうれん草	玉ねぎ ねぎ たけのこ もやし きゅうり メン マ 干しいた け	ごはん かたくり粉 さとう	米油 ごま ごま油	果物	738	23.4	20.7	3.1
11 木	親子かき玉うどん 牛乳 わかめサラダ 焼きいも	鶏肉 たまご 油揚げ なた 青大豆	牛乳 わかめ	にんじん	干しいたけ ごぼう 玉ねぎ もやし きゅう り	ソフトめん かたくり粉 さつまいも		乳製品	794	33.0	14.9	3.7
12 金	ごはん 牛乳 赤魚きのこポイル焼き おひたし かぶのみそ汁	あかうお ハム 生揚げ	牛乳 煮干し	ほうれん草 にんじん	玉ねぎ コーン しめじかぶ えのきだけ もやし ねぎ	ごはん 米油 ノンエッグマヨネーズ		海藻	723	28.2	22.2	3.0
15 月	焼き肉丼 牛乳 シャキシャキサラダ 小松菜と油揚げのみそ汁 ラフランスゼリー	豚肉 ツナフレーク 油揚げ	牛乳 煮干し	ピーマン にんじん ブロッコリー ごまつな	もやし キャベツ りんご 玉ねぎ コーン レンコン だいこん ごぼ う	ごはん さとう 麩 ラフランス	米油 ごま油 ごま	魚	756	26.2	19.3	2.9
16 火	食パン 牛乳 ブルーベリージャム オムレツケチャップソース キャベツサラダ パンキンポターージュ	オムレツ ウィンナー	牛乳 生クリーム	ブロッコリー にんじん かぼちゃ	キャベツ 玉ねぎ	ゼリー 食パン ブルーベリージャ ム	バター 米油	豆類	757	27.5	24.9	2.7
17 水	ごはん 牛乳 さばの竜田揚げ 切り干し大根の炒め煮 じゃがいものみそ汁	さば 鶏肉 さつま揚げ 油揚げ	牛乳 煮干し	いんげん にんじん	切り干しだいこん 干しいたけ はくさい しめ じ こんにゃく ねぎ	ごはん かたくり粉 さとう じゃがいも	米油	卵	780	29.6	22.2	3.3
18 木	五目うどん 牛乳 ミニ肉まん もやしのあえもの	鶏肉 肉まん 油揚げ なた ツ	牛乳	にんじん ごまつな ブロッコリー	ごぼう ねぎ もやし コーン 干しいたけ	ソフトめん ミニ肉まん		果物	787	32.5	17.7	3.7
19 金	ごはん 牛乳 味付のり 松風焼き 白菜の浅漬け のっぺい汁	鶏肉 豚肉 たまご 生揚げ	牛乳 味付のり	にんじん	ねぎ きゅうり はくさい い 玉ねぎ だいこん なめこ 干し いたけ こ	ごはん パン粉 さとう 里いも かたくり粉	ごま	乳製品	734	29.7	17.3	2.8
22 月	ごはん 牛乳 えびシュウマイ ホイコーロー チンゲン菜のスープ	えびシュウマイ 豚肉 豆腐 なた	牛乳	にんじん ピーマン チンゲン サイ	キャベツ ねぎ 干しいた け コーン	ごはん さとう かたくり 粉	ごま油	卵	773	29.4	21.7	2.8
24 水	ごはん 牛乳 納豆 スタミナ炒め もずく入りかき玉汁 みかん	納豆 豚肉 豆腐 たまご	牛乳 もずく	にんじん いら	玉ねぎ えのきだけ ねぎ みかん	ごはん さとう	ごま油	魚	762	31.3	20.4	2.5
25 木	焼きそば 牛乳 イカフライ 大根とブロッコリーのあえもの	豚肉 イカフライ カニかまフレ ク	牛乳	にんじん ピーマ ン ブ ロッコリー	玉ねぎ キャベツ もやし だいこん	焼きそばめん さとう	米油 ごま油	乳製品	815	35.6	17.5	3.6
26 金	ホークカレーライス(麦ごはん) 牛乳 海藻サラダ ストロベリーヨーグルト	豚肉 こんにゃく わか め ストロベリーヨーグルト	牛乳	パセリ にんじん	玉ねぎ りんご きゅうり キャベツ こんにゃ く	麦ごはん じゃがいも さとう	米油 ごま 油	果物	896	27.1	22.5	3.7
29 月	三色丼 牛乳 ごま酢あえ すいとん汁 オレンジ	鶏肉 鶏肉 たまご 油揚げ	牛乳	にんじん ピーマン	玉ねぎ もやし クリ ン ブーンス ごぼう だいこん オレンジ ねぎ	ごはん さとう 小麦粉	米油 ごま こ ま油	魚	799	31.7	19.5	2.9
30 火	〈せんいたっぷり献立〉 きなこ揚げパン 牛乳 肉だんご 小松菜のナムル わかめスープ	きな粉 大豆 肉だんご	牛乳 わかめ	ごまつな にんじん	だいこん しめじ ねぎ	コッパン さとう じゃがいも	米油 ごま こ ま油	卵	748	26.9	24.5	2.7

計19食 ※材料の都合により、献立が変更になる場合がありますのでご了承ください。



11月8日は「くい歯の日」
よくかむ習慣をつけましょう。



〈中学生学校給食摂取基準〉

エネルギー	たんぱく質	脂質	食塩相当量	エネルギー	たんぱく質	脂質	食塩相当量
820kcal	26.9~41.5g	18.4~27.6g	2.5g未満	775kcal	29.5g	20.6g	3.0g

〈11月平均量〉