

# 〔関辺小学校〕



テクノエーピー-TN300Bベクレルモニター 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	6/1	給食丸ごと	—	不検出	6月1日	
2	6/1	きゅうり	福島県	不検出	6月2日	
3	6/1	大根	福島県	不検出	6月2日	
4	6/1	鶏もも肉	青森県	不検出	6月2日	
5	6/2	給食丸ごと	—	不検出	6月2日	
6	6/2	人参	千葉県	不検出	6月6日	
7	6/2	じゃがいも	長崎県	不検出	6月6日	
8	6/2	さばの味噌煮	国内	不検出	6月6日	
9	6/6	給食丸ごと	—	不検出	6月6日	
10	6/6	長ねぎ	茨城県	不検出	6月7日	
11	6/6	かき揚げ	宮城県	不検出	6月7日	
12	6/6	もやし	福島県	不検出	6月7日	
13	6/7	給食丸ごと	—	不検出	6月7日	
14	6/7	とりささみ	岩手県	不検出	6月8日	
15	6/7	えのきだけ	新潟県	不検出	6月8日	
16	6/7	絹ごし豆腐	白河市	不検出	6月8日	
17	6/8	給食丸ごと	—	不検出	6月8日	
18	6/8	しめじ	新潟県	不検出	6月9日	
19	6/8	キャベツ	茨城県	不検出	6月9日	
20	6/8	玉ねぎ	栃木県	不検出	6月9日	
21	6/9	給食丸ごと	—	不検出	6月9日	
22	6/9	人参	茨城県	不検出	6月10日	
23	6/9	大根	福島県	不検出	6月10日	
24	6/9	なめこ	福島県	不検出	6月10日	
25	6/10	給食丸ごと	—	不検出	6月10日	
26	6/10	ピーマン	茨城県	不検出	6月13日	
27	6/10	ごぼう	群馬県	不検出	6月13日	
28	6/10	ミニトマト	福島県	不検出	6月13日	
29	6/13	給食丸ごと	—	不検出	6月13日	
30	6/13	セロリ	長野県	不検出	6月14日	
31	6/13	きゅうり	福島県	不検出	6月14日	
32	6/13	豚挽き肉	福島県	不検出	6月14日	
33	6/14	給食丸ごと	—	不検出	6月14日	
34	6/14	長ねぎ	茨城県	不検出	6月15日	

35	6/14	キャベツ	福島県	不検出	6月15日	
36	6/14	焼売	福島県	不検出	6月15日	
37	6/15	給食丸ごと	—	不検出	6月15日	
38	6/15	大根	福島県	不検出	6月16日	
39	6/15	玉ねぎ	福島県	不検出	6月16日	
40	6/15	ベーコン	栃木県	不検出	6月16日	
41	6/16	給食丸ごと	—	不検出	6月16日	
42	6/16	じゃがいも	長崎県	不検出	6月17日	
43	6/16	卵	白河市	不検出	6月17日	
44	6/16	鶏ひき肉	北海道	不検出	6月17日	
45	6/17	給食丸ごと	—	不検出	6月17日	
46	6/17	人参	茨城県	不検出	6月20日	
47	6/17	もやし	福島県	不検出	6月20日	
48	6/20	給食丸ごと	—	不検出	6月20日	
49	6/20	長ねぎ	茨城県	不検出	6月21日	
50	6/20	キャベツ	茨城県	不検出	6月21日	
51	6/20	きゅうり	福島県	不検出	6月21日	
52	6/21	給食丸ごと	—	不検出	6月21日	
53	6/21	玉ねぎ	佐賀県	不検出	6月22日	
54	6/21	大根	福島県	不検出	6月22日	
55	6/21	豚小間肉	福島県	不検出	6月22日	
56	6/22	給食丸ごと	—	不検出	6月22日	
57	6/22	じゃがいも	千葉県	不検出	6月23日	
58	6/22	えのきだけ	新潟県	不検出	6月23日	
59	6/22	メンチカツ	岩手県	不検出	6月23日	
60	6/24	給食丸ごと	—	不検出	6月24日	
61	6/24	人参	茨城県	不検出	6月27日	
62	6/24	しらたき	白河市	不検出	6月27日	
63	6/24	ロースハム	北海道	不検出	6月27日	
64	6/27	給食丸ごと	—	不検出	6月27日	
65	6/27	もやし	福島県	不検出	6月28日	
66	6/27	玉ねぎ	兵庫県	不検出	6月28日	
67	6/27	キャベツ	茨城県	不検出	6月28日	
68	6/28	給食丸ごと	—	不検出	6月28日	
69	6/28	長ねぎ	茨城県	不検出	6月29日	
70	6/28	突きこんにゃく	白河市	不検出	6月29日	
71	6/28	鶏もも肉	北海道	不検出	6月29日	
72	6/29	給食丸ごと	—	不検出	6月29日	
73	6/29	じゃがいも	茨城県	不検出	7月1日	
74	6/29	トマト	福島県	不検出	7月1日	



# こんだてひょう



## 今月の給食目標

【衛生的な食事のしかた】手洗い・ハンカチ・マスク・教室の換気



令和4年度 白河市立開辺小学校

日	献立名	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	栄養価	
1水	麦ご飯 牛乳 鮭の塩焼き 五目きんぴら キャベツのみそ汁	へにさげ 鶏肉 さつま揚げ 木綿豆腐	牛乳 わかめ 煮干	麦ごはん 三温糖	植物油 にんじん いんげん ごぼう れんこん キャベツ ねぎ こんにゃく	エネルギー 618 kcal たんぱく質 30.8g 脂質 16.8g 食塩相当量 1.7g
2木	ピタパン 牛乳 タンドリーチキン シャキシャキサラダ コーンポタージュ	鶏肉 えだまめ	牛乳 ヨーグルト	ピタパン 三温糖 じゃがいも	植物油 にんじん パセリ にんにく しょうが キャベツ きゅうり だいこん とうもろこし 玉葱	エネルギー 563 kcal たんぱく質 26g 脂質 18.8g 食塩相当量 2.8g
3金	<b>弁当</b>	<b>6/3 (金) 弁当の日</b>				
6月	麦ご飯 牛乳 鯖の味噌煮 小松菜ともやしのおかか和え じゃが芋と豆腐のみそ汁 かみかみデザート	さばのみそ煮 かつお節 木綿豆腐	牛乳 わかめ 煮干	麦ごはん 三温糖 じゃがいも かみかみデザート	ごま ごまつな にんじん もやし ねぎ	エネルギー 653 kcal たんぱく質 28g 脂質 17.2g 食塩相当量 2.4g
7火	きつねうどん 牛乳 しらすのかき揚げ ほうれん草のごま和え	鶏肉 じゃごとごぼうのかき揚げ 油揚げ	煮干 牛乳	うどん(卵なし) 上白糖	植物油 ごま ごまつな にんじん ほうれん草 ごぼう もやし	エネルギー 701 kcal たんぱく質 31.3g 脂質 23.3g 食塩相当量 1.8g
8水	鶏五目ご飯 牛乳 厚焼肉 切り干し大根のサラダ すまし汁	厚焼肉 鶏肉 うす切卵 焼くし豆腐 かつお節	牛乳 わかめ	鶏五目ごはん 三温糖	植物油 ごま ごま油 にんじん ほうれん草 干し椎茸 ごぼう しらたき きゅうり もやし 切干しだいこん えのきだけ	エネルギー 700 kcal たんぱく質 29.2g 脂質 23.8g 食塩相当量 2.2g
9木	黒糖パン 牛乳 手作りエビグラタン ハムとキャベツのマリネ チンゲン菜スープ	えび ロースハム ベーコン	牛乳 チーズ ベジタメルウ	黒糖パン じゃがいも マロン 上白糖	有塩バター オリーブ油 にんじん チンゲン菜 マッシュルーム 玉葱 とうもろこし キャベツ きゅうり 干し椎茸 しめじ	エネルギー 715 kcal たんぱく質 27.4g 脂質 29.3g 食塩相当量 3.6g
10金	麦ご飯 牛乳 イカフライ わかめとツナのサラダ 大根となめこのみそ汁	イカフライ まぐろ缶詰 木綿豆腐	牛乳 わかめ 煮干	麦ごはん	植物油 にんじん フロッコリー キャベツ だいこん なめこ ねぎ	エネルギー 591 kcal たんぱく質 27.8g 脂質 14.3g 食塩相当量 2.5g
13月	麦ご飯 牛乳 豚のみそ焼き 野菜ソテー 根菜のごま汁 ミニトマト	豚のみそ焼き ベーコン 油揚げ	牛乳 煮干	麦ごはん さといも	植物油 ごま にんじん ピーマン ごまつな ミニトマト キャベツ ピーマン しめじ だいこん ごぼう ねぎ	エネルギー 645 kcal たんぱく質 26.6g 脂質 19.6g 食塩相当量 2.1g
14火	スパゲティ・ミートソース 牛乳 フレッチャサラダ 果物(ぶくらんぽ)	豚ひき肉 ロースハム	牛乳	スパゲティ 三温糖	有塩バター 植物油 にんじん パセリ トマト缶詰 フロッコリー きゅうり ぶくらんぽ	エネルギー 649 kcal たんぱく質 15.4g 脂質 20.2g 食塩相当量 2g
15水	麦ご飯 牛乳 白河しゅうまい わかめのサラダ 八宝菜	しゅうまい 豚肉 いかり うす切卵	牛乳 わかめ	麦ごはん 三温糖 かたくり粉	ごま油 ごま にんじん チンゲン菜 キャベツ だいこん きゅうり とうもろこし 玉葱 だけのこ 干し椎茸 しょうが	エネルギー 639 kcal たんぱく質 25.2g 脂質 19.1g 食塩相当量 2.1g
16木	丸パン 牛乳 ローストチキン キャベツのサラダ パルメザンソース	鶏肉 ロースハム ベーコン	牛乳 ベジタメルウ	丸パン 三温糖 薄力粉	植物油 にんじん かぼちゃ パセリ しょうが キャベツ だいこん とうもろこし 玉葱	エネルギー 749 kcal たんぱく質 33.1g 脂質 23.7g 食塩相当量 3g
17金	三色ご飯 牛乳 磯和え イカソシヨウ汁 シューアイス	鶏ひき肉 たまご えだまめ 油揚げ	牛乳 のり 煮干	麦ごはん 三温糖 じゃがいも シューアイス	植物油 ほうれん草 にんじん いんげん もやし きゅうり 玉葱	エネルギー 714 kcal たんぱく質 28.9g 脂質 22.8g 食塩相当量 2.2g

日	献立名	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	栄養価	
20月	麦ご飯 牛乳 鶏のから揚げ 春雨サラダ あおさのみそ汁	鶏のから揚げ ロースハム 油揚げ	牛乳 あおさ 煮干	麦ごはん はるさめ 三温糖 じゃがいも	植物油 ごま油 ごま にんじん もやし キャベツ きゅうり	エネルギー 681 kcal たんぱく質 28.7g 脂質 22.3g 食塩相当量 1.9g
21火	白河ラーメン 牛乳 枝豆フリッター アジリ-ツナサラダ	焼き豚 なすと 枝豆フリッター まぐろ缶詰	牛乳	中華めん(卵なし)	植物油 ほうれん草 フロッコリー にんじん メンマ しょうが にんにく キャベツ きゅうり 玉葱	エネルギー 575 kcal たんぱく質 23.9g 脂質 16.6g 食塩相当量 2.4g
22水	カレーピラフ 牛乳 カントリーサラダ ポークビーンズ 一口いちごゼリー	ロースハム 豚肉 大豆	牛乳	カレーピラフ 三温糖 じゃがいも ゼリー	植物油 にんじん パセリ 玉葱 きゅうり だいこん	エネルギー 649 kcal たんぱく質 25.2g 脂質 17.3g 食塩相当量 2.4g
23木	<b>弁当</b>	<b>6/23 (木) 弁当の日</b>				
24金	麦ご飯 牛乳 鶏とごぼうのりかけ 温野菜 えのきのみそ汁	鶏とごぼうのメンチカツ	牛乳 煮干	麦ごはん 三温糖 じゃがいも	植物油 ごま油 にんじん フロッコリー ごまつな キャベツ カリフラワー えのきだけ ねぎ	エネルギー 625 kcal たんぱく質 18.4g 脂質 18.2g 食塩相当量 1.8g
27月	麦ご飯 牛乳 のりたまふりかけ キャベツと卵のあえもの 肉じゃが果物(オレンジ)	まぐろ缶詰 豚肉	牛乳 わかめ	麦ごはん じゃがいも 椎ふ 三温糖	ごま油 植物油 にんじん フロッコリー いんげん キャベツ しらたき 干し椎茸 パルメザンソース	エネルギー 635 kcal たんぱく質 24.2g 脂質 16.6g 食塩相当量 1.9g
28火	焼きそば 牛乳 おさかなナゲット ひじきサラダ	豚肉 おさかなナゲット ロースハム	牛乳 ひじき	焼きそばめん 三温糖	植物油 ごま油 にんじん 青ピーマン もやし キャベツ きゅうり 玉葱	エネルギー 818 kcal たんぱく質 32.8g 脂質 24.6g 食塩相当量 3.6g
29水	麦ご飯 牛乳 さばの塩焼き 鶏肉 さつま揚げ 油揚げ	さばの塩焼き 鶏肉 さつま揚げ 油揚げ	牛乳 煮干	麦ごはん 三温糖	ごま油 ごま にんじん れんこん だいこん ねぎ こんにゃく	エネルギー 655 kcal たんぱく質 30.4g 脂質 20.4g 食塩相当量 1.9g
30木	<b>弁当</b>	<b>6/30 (木) 弁当の日</b>				
6月	<b>食育週間</b>	<p>市では食育の一環として、子どもの頃からうす味の習慣がつかうように「減塩」に取り組んでいます。学校給食では、「だし」のうま味や「レモンや香辛料」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に工夫をしています。</p> <p>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、ご家庭の献立の参考にしてください。「いつもよりちょっとうす味」に取り組んでみましょう！</p>				
<p><b>6月13日(月)～6月17日(金)は、朝食について見直そう週間運動です！</b></p> <p>生活リズムの改善と、朝食摂取等、望ましい食習慣の形成を図るため、実施します。</p> <p>お子さんと朝ごはんチェック表(1～3年)、自分手帳(4～6年)の記入をよろしくお願いたします。日々心がけていることと思いますが、次のことに意識して取り組みましょう。</p>						
<ol style="list-style-type: none"> <li>①朝食摂取100%をめざす。</li> <li>②朝食に野菜を食べる。</li> <li>③朝食に汁物を食べる。</li> <li>④食事は個食ではなく家族だれかと食べる。</li> </ol>						



※ 給食材料の都合により献立内容を変更することがありますのでご了承ください。  
 ※ 表示の栄養摂取量は、中学年児童のものです。(低学年20%減、高学年20%増)  
 ※ 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。