

# [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	11/2	給食丸ごと	—	不検出	11月2日	
2	11/2	きゅうり	福島県	不検出	11月4日	
3	11/2	鉄カル減塩ツナオムレツ	秋田県	不検出	11月8日	
4	11/4	給食丸ごと	—	不検出	11月4日	
5	11/4	ピーマン	茨城県	不検出	11月7日	
6	11/4	ごぼう	栃木県	不検出	11月9日	
7	11/4	トリモモ	岩手県	不検出	11月7日	
8	11/7	給食丸ごと	—	不検出	11月7日	
9	11/7	白ご飯	白河市	不検出	11月7日	
10	11/7	絹豆腐	茨城県	不検出	11月9日	
11	11/8	給食丸ごと	—	不検出	11月8日	
12	11/8	もやし	本宮市	不検出	11月10日	
13	11/8	キャベツ	千葉県	不検出	11月10日	
14	11/8	国産サバみそ煮	宮城県	不検出	11月9日	
15	11/9	給食丸ごと	—	不検出	11月9日	
16	11/9	きゅうり	福島県	不検出	11月11日	
17	11/9	生揚げ	和歌山県	不検出	11月11日	
18	11/10	給食丸ごと	—	不検出	11月10日	
19	11/10	みかん	和歌山県	不検出	11月14日	
20	11/10	ソフトさきいか	宮城県	不検出	11月14日	
21	11/11	給食丸ごと	—	不検出	11月11日	
22	11/11	油揚げ	郡山市	不検出	11月14日	
23	11/11	しめじ	郡山市	不検出	11月16日	
24	11/11	トリモモ	岩手県	不検出	11月15日	
25	11/14	給食丸ごと	—	不検出	11月14日	
26	11/14	白ご飯	白河市	不検出	11月14日	
27	11/14	絹豆腐	茨城県	不検出	11月16日	
28	11/14	りんご(サンふじ)	白河市東	不検出	11月22日	
29	11/14	りんご(サンふじ)	白河市東	不検出	11月22日	
30	11/14	りんご(サンふじ)	白河市東	不検出	11月22日	
31	11/15	給食丸ごと	—	不検出	11月15日	
32	11/15	もやし	本宮市	不検出	11月16日	
33	11/15	ピーマン	茨城県	不検出	11月17日	
34	11/15	チーズフォンディサンドコロッケ	北海道	不検出	11月17日	

35	11/16	給食丸ごと	—	不検出	11月16日	
36	11/16	おから	白河市表郷	不検出	11月18日	
37	11/16	ペルーイカ短冊1x4	埼玉県	不検出	11月28日	
38	11/16	ツナフレーク	タイ	不検出	11月29日	
39	11/17	給食丸ごと	—	不検出	11月17日	
40	11/17	きゅうり	福島県	不検出	11月21日	
41	11/18	給食丸ごと	—	不検出	11月18日	
42	11/18	ごぼう	青森県	不検出	11月21日	
43	11/18	たまご	中島村	不検出	11月21日	
44	11/18	豚みそかつ	伊達市	不検出	11月21日	
45	11/21	給食丸ごと	—	不検出	11月21日	
46	11/21	白ご飯	白河市	不検出	11月21日	
47	11/21	キャベツ	福島県	不検出	11月22日	
48	11/21	生クリーム	愛知県	不検出	11月22日	
49	11/22	給食丸ごと	—	不検出	11月22日	
50	11/22	油揚げ	郡山市	不検出	11月24日	
51	11/22	ハム短冊	群馬県	不検出	11月24日	
52	11/22	国産鶏と豚のミートボール	兵庫県	不検出	11月29日	
53	11/24	給食丸ごと	—	不検出	11月24日	
54	11/24	トマトケチャップ	愛知県	不検出	11月25日	
55	11/24	牛モモ	オーストラリア	不検出	11月25日	
56	11/25	給食丸ごと	—	不検出	11月25日	
57	11/25	きゅうり	福島県	不検出	11月28日	
58	11/25	しめじ	郡山市	不検出	12月1日	
59	11/28	給食丸ごと	—	不検出	11月28日	
60	11/28	白ご飯	白河市	不検出	11月28日	
61	11/28	ピーマン	高知県	不検出	11月29日	
62	11/28	キャベツ1/2	茨城県	不検出	11月29日	
63	11/28	さつまいも(ペニマルカ)	白河市東	不検出	12月5日	
64	11/28	じゃがいも(とうや)	白河市東	不検出	12月2日	
65	11/28	白菜	白河市東	不検出	12月12日	
66	11/28	大根	白河市東	不検出	12月5日	
67	11/28	人参	白河市東	不検出	12月1日	
68	11/28	ネギ	白河市東	不検出	12月2日	
69	11/28	かぶ	白河市東	不検出	12月13日	
70	11/28	玉ねぎ	北海道	不検出	12月1日	
71	11/29	給食丸ごと	—	不検出	11月29日	
72	11/29	もやし	本宮市	不検出	12月1日	



# 11月 給食予定献立表

令和4年度

白河市立東中学校

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	エネルギー たんぱく質 脂質 食塩相当量
1火	<b>中教研のため給食なし</b>						
2水	ごはん	○	ほっけ塩焼き 五目きんぴら かぶのみそ汁 りんご	牛乳 ほっけ 豚肉 生揚げ 煮干し	ごはん 米油 さとう ごま	こんにゃくごぼう にんじん いんげん 干しいたけ かぶ しめじ ねぎ りんご	710 kcal 30.3 g 17.9 g 4.0 g
4金	ごはん	○	ばら焼き 干草あえ なめこ汁	牛乳 豚肉 たまご 豆腐 油揚げ 煮干し	ごはん 里芋 さとう 米油 ごま油 ごま 里いも	玉ねぎ こんにゃく きゅうり にんじん もやし なめこ ねぎ	709 kcal 30.2 g 19.1 g 3.2 g
7月	<b>※かみかみ献立</b> 三色丼	○	ごま酢あえ すいとん汁 かみかみデザート (昆布)	牛乳 鶏肉 たまご 油揚げ 昆布 煮干し	ごはん すいとん 米油 さとう ごま油	玉ねぎ グリンピース はくさい もやし ピーマン にんじん ごぼう 干しいたけ ねぎ こまつな	765 kcal 32.0 g 19.8 g 3.2 g
8火	<b>※いい菌の日にちなんだカルシウムたっぷり献立</b> きな粉揚げパン	○	ツナオムレツ コーンサラダ 小松菜のスープ	牛乳 きな粉 ツナオムレツ	コッペパン さとう 米油 じゃがいも	コーン キャベツ きゅうり にんじん こまつな えのきたけ にんじん ねぎ	772 kcal 29.9 g 26.0 g 2.3 g
9水	ごはん	○	さばみそ煮 ひじきの炒め煮 かき玉汁	牛乳 鶏肉 大豆 さつま揚げ 豆腐 たまご ひじき さばみそ煮	ごはん 米油 さとう	にんじん ごぼう いんげん こんにゃく ほうれんそう 干しいたけ ねぎ	738 kcal 28.5 g 22.7 g 3.1 g
10木	<b>※せんいたっぷり献立</b> 担々麺	○	おひたし 焼き芋	牛乳 豚肉 竹輪	中華めん ごま 米油 ごま油 さつま芋	にんじん 玉ねぎ たけのこ もやし なら ねぎ 干しいたけ ほうれんそう キャベツ	804 kcal 33.7 g 20.2 g 3.6 g
11金	ごはん	○	味付おかか 松風焼き 野菜とかにかまぼこあえ 白菜のみそ汁	牛乳 鶏肉 豚肉 たまご ハム 生揚げ かつお節 煮干し かにかまぼこ	ごはん じゃがいも パン粉 さとう ごま	ねぎ 玉ねぎ にんじん きゅうり はくさい しめじ キャベツ コーン	817 kcal 33.0 g 19.2 g 3.0 g
14月	豚丼	○	さきいさサラダ 玉ねぎのみそ汁 みかん	牛乳 豚肉 いか 油揚げ 煮干し	ごはん さとう 米油 じゃがいも	玉ねぎ にんじん こんにゃく グリンピース 切り干しだいこん キャベツ きゅうり えのきたけ こまつな みかん	678 kcal 26.9 g 13.4 g 2.1 g
15火	セルフサンドパン (米粉パン)	○	鶏肉カレー揚げ キャベツサラダ オニオンスープ	牛乳 鶏肉 ツナフレーク ウィンナー	米粉パン かたくり粉 米油	キャベツ きゅうり にんじん 玉ねぎ コーン こまつな 干しいたけ	715 kcal 38.9 g 25.0 g 3.6 g
16水	ごはん	○	赤魚きのごホイル焼き ほうれん草のおひたし 豚汁	牛乳 赤魚 かまぼこ 豚肉 豆腐	ごはん 米油 ごま じゃがいも ノンエッグマヨネーズ	玉ねぎ コーン しめじ ごぼう ねぎ えのきたけ ほうれんそう キャベツ にんじん だいこん こんにゃく	735 kcal 30.9 g 18.6 g 2.8 g
17木	スパゲティミートソース	○	チーズサンドコロッケ フレンチサラダ	牛乳 豚肉 ハム チーズサンドコロッケ	スパゲティ バター さとう 米油	にんじん 玉ねぎ ピーマン トマト キャベツ きゅうり	803 kcal 34.2 g 27.7 g 3.1 g
18金	ごはん	○	鶏肉香味焼き うのはな炒り えのきのみそ汁	牛乳 鶏肉 おから さつま揚げ 煮干し	ごはん 里芋 米油 さとう	干しいたけ こんにゃく ねぎ ごぼう えのきたけ だいこん にんじん こまつな	706 kcal 30.3 g 18.2 g 3.1 g
21月	五目ごはん	○	豚みそカツ かぶの浅漬け いら玉汁	牛乳 鶏肉 豚みそカツ たまご 油揚げ	ごはん じゃがいも 米油 さとう	干しいたけ ごぼう にんじん こんにゃく きゅうり かぶ キャベツ なら ねぎ	723 kcal 25.9 g 22.1 g 2.6 g
22火	黒糖パン	○	チキンサラダ さまいものシチュー りんご	牛乳 鶏肉 ウィンナー 生クリーム	黒糖パン さつま芋 バター ノンエッグマヨネーズ	キャベツ きゅうり にんじん ブロッコリー 玉ねぎ パセリ りんご	826 kcal 28.7 g 22.7 g 2.6 g
24木	<b>※和食の日にちなんだ献立</b> 五目うどん	○	いなり寿司 青大豆とレンコンあえ	牛乳 鶏肉 油揚げ なたと 青大豆 ハム かつお節	ソフトめん いなり寿司 さとう	にんじん ごぼう 干しいたけ こまつな ねぎ コーン レンコン キャベツ	841 kcal 35.5 g 18.6 g 4.4 g
25金	ビーフカレーライス (麦ごはん)	○	コールスローサラダ いちごヨーグルト	牛乳 牛肉 ハム いちごヨーグルト	麦ごはん じゃがいも 米油	玉ねぎ パセリ りんご キャベツ きゅうり にんじん	831 kcal 23.9 g 25.7 g 3.8 g
28月	<b>※減塩献立</b> ごはん	○	ギョウザ 大根のラー油あえ 八宝菜	牛乳 豚肉 いか うずら卵 ギョウザ	ごはん ごま油 米油 かたくり粉 ごま	だいこん きゅうり にんじん キャベツ 玉ねぎ チンゲンサイ たけのこ	747 kcal 27.4 g 20.6 g 1.4 g
29火	ピザトースト	○	ブロッコリーとツナのサラダ 肉だんご入り野菜スープ ラフランスゼリー	牛乳 ウィンナー 肉だんご ツナフレーク	食パン じゃがいも ラフランスゼリー	玉ねぎ コーン ピーマン キャベツ ブロッコリー にんじん 干しいたけ グリンピース	824 kcal 33.7 g 31.0 g 3.1 g
30水	<b>自作弁当の日</b>						

計18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。

**※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。**



## 和食の日

11月栄養価平均 エネルギー760kcal たんぱく質30.7g 脂質21.6g 食塩相当量3.1g

### ～献立の基本～

11月24日は「和食の日」です。「和食;日本人の伝統的な食文化ー正月を例としてー」は、ユネスコの無形文化遺産に登録されています。この日は、和食や日本の伝統的な食文化について考えてみましょう。

**主食+主菜+副菜+汁物をそろえると、栄養のバランスが整います。味付けは「いつもよりちょっと薄味」に取り組んでみましょう!**