

# 〔白河第一小学校〕



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	12/2	きゅうり	福島県	不検出	12月3日	
2	12/2	ほうれん草	福島県	不検出	12月3日	
3	12/2	じゃがいも	北海道	不検出	12月3日	
4	12/2	給食丸ごと	—	不検出	12月2日	
5	12/3	大根	福島県	不検出	12月4日	
6	12/3	人参	千葉県	不検出	12月4日	
7	12/3	にら	福島県	不検出	12月4日	
8	12/3	給食丸ごと	—	不検出	12月3日	
9	12/4	ねぎ	福島県	不検出	12月5日	
10	12/4	白菜	福島県	不検出	12月5日	
11	12/4	じゃがいも	北海道	不検出	12月5日	
12	12/4	給食丸ごと	—	不検出	12月4日	
13	12/5	かぼちゃ	メキシコ	不検出	12月6日	
14	12/5	人参	北海道	不検出	12月6日	
15	12/5	小松菜	福島県	不検出	12月6日	
16	12/5	給食丸ごと	—	不検出	12月5日	
17	12/5	牛乳	郡山市	不検出	12月5日	
18	12/6	ごぼう	青森県	不検出	12月9日	
19	12/6	じゃがいも	北海道	不検出	12月9日	
20	12/6	ねぎ	福島県	不検出	12月9日	
21	12/6	給食丸ごと	—	不検出	12月6日	
22	12/9	もやし	栃木県	不検出	12月10日	
23	12/9	人参	茨城県	不検出	12月10日	
24	12/9	ほうれん草	福島県	不検出	12月10日	
25	12/9	給食丸ごと	—	不検出	12月9日	
26	12/10	牛乳	郡山市	不検出	12月10日	
27	12/10	人参	茨城県	不検出	12月11日	
28	12/10	大根	福島県	不検出	12月11日	
29	12/10	給食丸ごと	—	不検出	12月10日	
30	12/11	もやし	栃木県	不検出	12月12日	

31	12/11	キャベツ	愛知県	不検出	12月12日	
32	12/11	ほうれん草	福島県	不検出	12月12日	
33	12/11	給食丸ごと	—	不検出	12月11日	
34	12/12	キャベツ	愛知県	不検出	12月13日	
35	12/12	きゅうり	福島県	不検出	12月13日	
36	12/12	じゃがいも	北海道	不検出	12月13日	
37	12/12	給食丸ごと	—	不検出	12月12日	
38	12/13	人参	福島県	不検出	12月16日	
39	12/13	チンゲン菜	静岡県	不検出	12月16日	
40	12/13	ねぎ	福島県	不検出	12月16日	
41	12/13	給食丸ごと	—	不検出	12月13日	
42	12/16	水菜	茨城県	不検出	12月17日	
43	12/16	じゃがいも	北海道	不検出	12月17日	
44	12/16	セロリ	愛知県	不検出	12月17日	
45	12/16	給食丸ごと	—	不検出	12月16日	
46	12/17	レンコン	茨城県	不検出	12月18日	
47	12/17	さつまいも	茨城県	不検出	12月18日	
48	12/17	大根	福島県	不検出	12月18日	
49	12/17	給食丸ごと	—	不検出	12月17日	
50	12/18	キャベツ	愛媛県	不検出	12月19日	
51	12/18	ごぼう	青森県	不検出	12月19日	
52	12/18	白菜	福島県	不検出	12月19日	
53	12/18	給食丸ごと	—	不検出	12月18日	
54	12/19	じゃがいも	北海道	不検出	12月20日	
55	12/19	キャベツ	愛知県	不検出	12月20日	
56	12/19	きゅうり	福島県	不検出	12月20日	
57	12/19	給食丸ごと	—	不検出	12月19日	
58	12/19	牛乳	郡山市	不検出	12月19日	
59	12/20	ねぎ	福島県	不検出	12月23日	
60	12/20	キャベツ	愛知県	不検出	12月23日	
61	12/20	にら	福島県	不検出	12月23日	
62	12/20	給食丸ごと	—	不検出	12月20日	
63	12/23	キャベツ	愛知県	不検出	12月24日	
64	12/23	きゅうり	福島県	不検出	12月24日	
65	12/23	人参	茨城県	不検出	12月24日	
66	12/23	給食丸ごと	—	不検出	12月23日	
67	12/24	牛乳	郡山市	不検出	12月24日	
68	12/24	給食丸ごと	—	不検出	12月24日	

令和元年度12月 学校給食予定献立（12月2日～12月13日）

白河市立白河第一小学校

日	曜日	献立名	赤の食品	黄色の食品	緑の食品	栄養価
			血や肉になる	働く力になる	体の調子を整える	
2	月	麦ごはん 牛乳 おろしハンバーグ 海藻サラダ じゃがいものみそ汁	牛乳 豚ひき肉 鶏ひき肉 おから たまご わかめ 大豆 みそ	白米 麦 パン粉 三温糖 ごま油 じゃがいも	たまねぎ 大根 キャベツ にんじん ねぎ こまつな	エネルギー 649 kcal たんぱく質 25 g 脂質 18.9 g 食塩相当量 2.7 g
3	火	揚げパン 牛乳 ほうれん草のごまサラダ ポトフ りんご	牛乳 シーチキン ウインナー	コッペパン 油 上白糖 グラニュー糖 すりごま マヨネーズ じゃがいも	きゅうり ほうれんそう キャベツ にんじん たまねぎ 大根 いんげん りんご	エネルギー 596 kcal たんぱく質 17.6 g 脂質 22.1 g 食塩相当量 2.3 g
4	水	麦ごはん 牛乳 春巻き 中華サラダ にら玉汁	牛乳 カニカマ 豆腐 たまご	白米 麦 油 ごま油 三温糖 かたくり粉	にんじん きゅうり 大根 たまねぎ 干しいたけ にら	エネルギー 666 kcal たんぱく質 19.2 g 脂質 23.6 g 食塩相当量 2.1 g
5	木	麦ごはん 牛乳 さばの三味焼き ひじきの炒め煮 なめこ汁	牛乳 さば みそ ひじき 油揚げ 大豆 豆腐	白米 麦 三温糖 油 こんにゃく じゃがいも	ねぎ にんじん いんげん なめこ 白菜	エネルギー 656 kcal たんぱく質 28.5 g 脂質 21.6 g 食塩相当量 2.3 g
6	金	<b>&lt;2年2組リクエスト献立&gt;</b> 麦ごはん 牛乳 ささみチーズフライ かぼちゃのサラダ 冬野菜スープ	牛乳 ヨーグルト ベーコン	白米 麦 マヨネーズ 油 アーモンド	かぼちゃ 枝豆 たまねぎ にんじん 白菜 大根 こまつな 干しいたけ	エネルギー 646 kcal たんぱく質 27.8 g 脂質 21.1 g 食塩相当量 1.7 g
9	月	麦ごはん 牛乳 鮭の塩焼き きんぴらごぼう 小松菜のみそ汁	牛乳 鮭 さつま揚げ みそ 油揚げ	白米 麦 こんにゃく 油 三温糖 じゃがいも	にんじん ごぼう いんげん ねぎ こまつな	エネルギー 582 kcal たんぱく質 27.7 g 脂質 14.2 g 食塩相当量 2.2 g
10	火	きつねうどん 牛乳 手作りかき揚げ ピーナッツあえ	牛乳 鶏肉 なると 油揚げ ちくわ	ソフト麺 三温糖 小麦粉 油 ピーナッツ	こまつな にんじん ねぎ 干しいたけ たまねぎ もやし ほうれんそう	エネルギー 571 kcal たんぱく質 20.6 g 脂質 19.8 g 食塩相当量 1.9 g
11	水	<b>&lt;1年2組リクエスト献立&gt;</b> 麦ごはん 牛乳 クリスマスシチュー 茎わかめの炒め物 豆腐のみそ汁	牛乳 豚肉 茎わかめ 鶏肉 さつま揚げ 豆腐 わかめ みそ	白米 麦 こんにゃく 油 三温糖 ごま油 いりごま	にんじん いんげん 大根 たまねぎ	エネルギー 620 kcal たんぱく質 28 g 脂質 19.4 g 食塩相当量 2.7 g
12	木	麦ごはん 牛乳 納豆 ごまあえ おでん	牛乳 納豆 さつま揚げ がんもどき 結びこんぶ ちくわ うずら卵	白米 麦 すりごま 三温糖 こんにゃく	もやし にんじん キャベツ ほうれんそう 大根	エネルギー 666 kcal たんぱく質 30.6 g 脂質 19.3 g 食塩相当量 2.6 g
13	金	麦ごはん 牛乳 野菜コロッケ 切り干し大根のサラダ 玉ねぎのみそ汁	牛乳 わかめ ハム 油揚げ みそ	白米 麦 油 ごま油 三温糖 じゃがいも	切り干し大根 キャベツ きゅうり たまねぎ にんじん	エネルギー 618 kcal たんぱく質 17.6 g 脂質 18.1 g 食塩相当量 2.3 g

※材料等の都合により、献立が変更となる場合がございます。御了承ください。

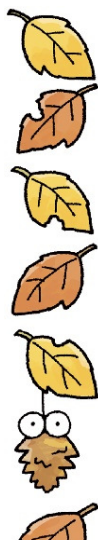
令和元年度12月 学校給食予定献立（12月16日～12月24日）

白河市立白河第一小学校

日	曜日	献立名	赤の食品		黄色の食品		緑の食品			栄養価
			血や肉になる		働く力になる		体の調子を整える			
16	月	キムチチャーハン 牛乳 ちくわのサラダ ワンタンスープ みかん	牛乳 ちくわ 鶏肉	豚肉 かつお節 なると	白米 三温糖 ごま油	油 いりごま ワナン	おろしにんにく たけのこ とうもろこし みかん	ねぎ グリーンピース 干しいたけ チンゲンサイ	にんじん キャベツ	エネルギー 562 kcal たんぱく質 20.5 g 脂質 13 g 食塩相当量 2.6 g
17	火	<1年1組リクエスト献立> コッペパン 牛乳 マカロニグラタン 水菜のサラダ ミネストローネ	牛乳 ベーコン シーチキン	ウインナー シュレットチーズ 大豆	コッペパン ベシヤメルソース 三温糖 じゃがいも	有塩バター 油 オリーブ油	おろしにんにく たまねぎ たまねぎ とうもろこし セロリ	たまねぎ 大根 みずな レモン果汁	しめじ にんじん レモン果汁	エネルギー 600 kcal たんぱく質 21.2 g 脂質 26.6 g 食塩相当量 3 g
18	水	ウエルかむランチ 麦ごはん いかの香味焼き 筑前煮 さつまいものみそ汁	いか 油揚げ	鶏肉 みそ	白米 さといも 油 さつまいも	麦 こんにゃく 三温糖	ねぎ ごぼう いんげん	にんじん れんこん 大根	たけのこ 干しいたけ	エネルギー 453 kcal たんぱく質 19.4 g 脂質 5.7 g 食塩相当量 2.4 g
19	木	<2年1組リクエスト献立> 麦ごはん 牛乳 鶏肉のネギソース ブロッコリーのサラダ 豚汁	牛乳 豚肉 みそ	鶏肉 豆腐	白米 かたくり粉 三温糖 こんにゃく	麦 油 さといも	ねぎ にんじん だいこん	キャベツ とうもろこし はくさい	ブロッコリー	エネルギー 674 kcal たんぱく質 25.7 g 脂質 22.2 g 食塩相当量 2.4 g
20	金	チキンカレーライス 牛乳 イタリアンサラダ	牛乳 シュレットチーズ	鶏肉	白米 じゃがいも オリーブ油	麦 油 三温糖	たまねぎ キャベツ 赤ピーマン	にんじん きゅうり	グリーンピース とうもろこし	エネルギー 676 kcal たんぱく質 19.2 g 脂質 21.9 g 食塩相当量 3.2 g
23	月	麦ごはん 牛乳 蒸しぎょうざ 回鍋肉 わかめスープ	牛乳 みそ 豆腐	豚肉 わかめ なると	白米 油	麦 三温糖	おろしにんにく たまねぎ	にんじん にら	キャベツ ねぎ	エネルギー 554 kcal たんぱく質 19.5 g 脂質 14.4 g 食塩相当量 1.6 g
24	火	★クリスマス献立★ 食パン 牛乳 タンドリーチキン セレクトケーキ シーザーサラダ クリスマスシチュー	牛乳 ヨーグルト パルメザンチーズ	鶏肉 ベーコン	食パン はちみつ マヨネーズ ベシヤメルソース	油 クルトン 無塩バター	キャベツ たまねぎ マッシュルーム パセリ	きゅうり かぼちゃ しめじ グリーンピース	レモン果汁 にんじん	エネルギー 761 kcal たんぱく質 29.6 g 脂質 38 g 食塩相当量 3 g

※材料等の都合により、献立が変更となる場合がございます。御了承ください。

12月栄養価平均値
エネルギー 621 kcal
たんぱく質 23.4 g
脂質 20 g
食塩相当量 2.4 g



今年はずかぜを  
ひきま宣言!

## かぜ予防のポイント

① 手洗いうがいをする

② しっかり栄養をとる

③ 十分な睡眠をとる

④ マスクをつける

⑤ 人ごみを避ける

⑥ 適度な運動をする

