

〔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	2/3	給食丸ごと	—	不検出	2月3日	
2	2/3	長ねぎ	栃木県	不検出	2月4日	
3	2/3	にら	茨城県	不検出	2月4日	
4	2/3	豚挽き肉	福島県	不検出	2月4日	
5	2/4	給食丸ごと	—	不検出	2月4日	
6	2/4	玉ねぎ	北海道	不検出	2月5日	
7	2/4	大根	千葉県	不検出	2月5日	
8	2/4	ちくわの磯辺揚げ	宮城県	不検出	2月5日	
9	2/5	給食丸ごと	—	不検出	2月5日	
10	2/5	ロースハム	栃木県	不検出	2月6日	
11	2/5	がんもどき	宮城県	不検出	2月6日	
12	2/5	キャベツ	愛知県	不検出	2月6日	
13	2/5	きゅうり	宮崎県	不検出	2月6日	
14	2/5	人参	千葉県	不検出	2月6日	
15	2/6	給食丸ごと	—	不検出	2月6日	
16	2/6	えのきだけ	新潟県	不検出	2月7日	
17	2/6	鶏ささ身	青森県	不検出	2月7日	
18	2/6	卵焼き	北海道	不検出	2月7日	
19	2/7	給食丸ごと	—	不検出	2月7日	
20	2/7	メルルーサ	ニュージーランド	不検出	2月10日	
21	2/7	白菜	茨城県	不検出	2月10日	
22	2/7	木綿豆腐	白河市	不検出	2月10日	
23	2/7	板こんにゃく	白河市	不検出	2月10日	
24	2/10	給食丸ごと	—	不検出	2月10日	
25	2/10	きゅうり	群馬県	不検出	2月12日	
26	2/10	大根	千葉県	不検出	2月12日	
27	2/10	バナナ	フィリピン	不検出	2月12日	
28	2/10	がんもどき	宮城県	不検出	2月12日	
29	2/12	給食丸ごと	—	不検出	2月12日	
30	2/12	セロリ	愛知県	不検出	2月13日	
31	2/12	玉ねぎ	北海道	不検出	2月13日	
32	2/12	じゃがいも	北海道	不検出	2月13日	
33	2/12	ベーコン	栃木県	不検出	2月13日	
34	2/13	給食丸ごと	—	不検出	2月13日	
35	2/13	人参	千葉県	不検出	2月14日	
36	2/13	キャベツ	愛知県	不検出	2月14日	
37	2/13	ミックスビーンズ	北海道	不検出	2月14日	
38	2/13	豚肉	福島県	不検出	2月14日	
39	2/14	給食丸ごと	—	不検出	2月14日	

40	2/14	長ねぎ	栃木県	不検出	2月17日	
41	2/14	しめじ	茨城県	不検出	2月17日	
42	2/14	白菜	茨城県	不検出	2月17日	
43	2/17	給食丸ごと	—	不検出	2月17日	
44	2/17	ピーマン	茨城県	不検出	2月18日	
45	2/17	きゅうり	群馬県	不検出	2月18日	
46	2/17	卵	白河市	不検出	2月18日	
47	2/18	給食丸ごと	—	不検出	2月18日	
48	2/18	大根	千葉県	不検出	2月19日	
49	2/18	鶏もも肉	北海道	不検出	2月19日	
50	2/18	冷凍里芋	長崎県	不検出	2月19日	
51	2/19	給食丸ごと	—	不検出	2月19日	
52	2/19	しめじ	茨城県	不検出	2月20日	
53	2/19	白菜	茨城県	不検出	2月20日	
54	2/19	キャベツ	愛知県	不検出	2月20日	
55	2/19	ベーコン	北海道	不検出	2月20日	
56	2/20	給食丸ごと	—	不検出	2月20日	
57	2/20	長ねぎ	栃木県	不検出	2月21日	
58	2/20	人参	茨城県	不検出	2月21日	
59	2/20	玉ねぎ	北海道	不検出	2月21日	
60	2/20	豚肉	福島県	不検出	2月21日	
61	2/21	給食丸ごと	—	不検出	2月21日	
62	2/21	もやし	栃木県	不検出	2月25日	
63	2/21	焼豚	福島県	不検出	2月25日	
64	2/21	春巻	宮城県	不検出	2月25日	
65	2/25	給食丸ごと	—	不検出	2月25日	
66	2/25	長ねぎ	栃木県	不検出	2月26日	
67	2/25	玉ねぎ	北海道	不検出	2月26日	
68	2/25	白菜	茨城県	不検出	2月26日	
69	2/25	鮭	チリ	不検出	2月26日	
70	2/26	給食丸ごと	—	不検出	2月26日	
71	2/26	人参	茨城県	不検出	2月27日	
72	2/26	もやし	栃木県	不検出	2月27日	
73	2/26	卵	白河市	不検出	2月27日	
74	2/26	白河焼売	白河市	不検出	2月27日	
75	2/27	給食丸ごと	—	不検出	2月27日	
76	2/27	きゅうり	福島県	不検出	2月28日	
77	2/27	じゃがいも	北海道	不検出	2月28日	
78	2/27	木綿豆腐	白河市	不検出	2月28日	
79	2/28	給食丸ごと	—	不検出	2月28日	
80	2/28	えのきだけ	新潟県	不検出	3月2日	
81	2/28	絹ごし豆腐	白河市	不検出	3月2日	
82	2/28	鶏ささ身	青森県	不検出	3月2日	



こんだてひょう



今月の給食目標

《寒さに負けない食事》
すききらいなく食べる・野菜、タンパク質をとる



白河市立関辺小学校

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
3月	節分メニュー				
	麦ご飯 牛乳 いわしの梅煮 ごまあえ かきたま汁 節分豆	いわし 豆腐 たまご かつお節 大豆	牛乳 麦ごはん 砂糖 かたくり粉 ごま	ほうれん草 ごまつな にんじん 梅干し しょうが もやし キャベツ 玉葱	エネルギー 657 kcal たんぱく質 29.9g 脂質 19.8g 食塩相当量 1.9g
4火	みそラーメン 牛乳 蒸しぎょうざ 大根サラダ	豚ひき肉 みそ ロースハム	牛乳 中華めん 砂糖 ごま 大豆油	にんにく にんじん にら しょうが もやし 玉葱 ねぎ キャベツ だいこん きゅうり	エネルギー 627 kcal たんぱく質 26.2g 脂質 19.3g 食塩相当量 1.8g
5水	麦ご飯 牛乳 ちくわの磯辺揚げ ポパイサラダ 凍み豆腐のみそ汁	ちくわ たまご ロースハム 凍み豆腐 みそ	牛乳 あおのり 煎干 麦ごはん 薄力粉 じゃがいも 大豆油 ごま マヨネーズ	ほうれん草 にんじん チンゲン菜 玉葱 だいこん ねぎ	エネルギー 666 kcal たんぱく質 25.1g 脂質 20.6g 食塩相当量 2.5g
6木	食パン 牛乳 いちご&マーガリン ハンバーグ フレンチサラダ パンプキンポタージュ	ハンバーグ ロースハム	牛乳 食パン いちご& マーガリン フレンチ ドレッシング	ブロッコリー にんじん かぼちゃ パセリ キャベツ きゅうり 玉葱	エネルギー 683 kcal たんぱく質 25.2g 脂質 23.7g 食塩相当量 3.1g
7金	麦ご飯 牛乳 ひじきのつくだ煮 五目厚焼卵 わかめのおひたし すまし汁	五目厚焼卵 鶏ささみ肉 うずら卵 豆腐 かつお節	牛乳 ひじき わかめ 麦ごはん 薄力粉 じゃがいも ごま油	にんじん ブロッコリー ごまつな キャベツ とうもろこし えのきたけ	エネルギー 623 kcal たんぱく質 23.5g 脂質 17.1g 食塩相当量 2.3g
10月	麦ご飯 牛乳 白身魚のマヨネーズ焼き 切り干し大根のサラダ 豚汁	白身魚 豚肉 豆腐 かつお節 みそ	牛乳 わかめ 麦ごはん パン粉 砂糖 さといも こんにゃく マヨネーズ 大豆油 ごま油	パセリ にんじん きゅうり もやし 切干しだいこん ごぼう だいこん 白菜 ねぎ	エネルギー 680 kcal たんぱく質 26.2g 脂質 23g 食塩相当量 1.6g
12水	茶飯 牛乳 ひじきと春雨のサラダ おでん 果物(バナナ)	さつま揚げ ちくわ がんもどき うずら卵	牛乳 ひじき 麦ごはん 春雨 砂糖 こんにゃく ごま油	にんじん キャベツ きゅうり だいこん バナナ	エネルギー 627 kcal たんぱく質 21.3g 脂質 13.9g 食塩相当量 2.1g
13木	丸パン 牛乳 えびカツ ハムとキャベツのサラダ ミネストローネ	えびカツ ロースハム 大豆 ベーコン	牛乳 丸パン じゃがいも マカロニ 大豆油 有塩バター	にんじん ブロッコリー ホールトマト パセリ キャベツ 玉葱 ほうれん草 セロリ にんにく	エネルギー 642 kcal たんぱく質 27.3g 脂質 21.5g 食塩相当量 2.6g
14金	バレンタインデーメニュー				
	ピーンスカレー 牛乳 わかめとツナのサラダ チョコプリン	むきえだまめ 豚肉 ツナフレーク	牛乳 わかめ 麦ごはん じゃがいも チョコプリン 大豆油	にんじん ブロッコリー 玉葱 にんにく キャベツ	エネルギー 728 kcal たんぱく質 20.9g 脂質 22.5g 食塩相当量 3.3g
17月	麦ご飯 牛乳 たれ付肉団子 大豆とひじきの煮物 貝だくさんみそ汁	鶏肉 大豆 さつま揚げ 豆腐 みそ	牛乳 ひじき 煎干 麦ごはん こんにゃく じゃがいも 大豆油	にんじん いんげん ごまつな ごぼう しめじ 白菜 ねぎ 干し椎茸	エネルギー 638 kcal たんぱく質 28g 脂質 15.2g 食塩相当量 2.1g

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	
18火	焼きそば 牛乳 海そうサラダ とうもろこしのスープ	豚肉 ロースハム たまご	牛乳 わかめ 焼きそば サラダ用 こんにゃく かたくり粉 大豆油	にんじん ピーマン ブロッコリー ほうれん草 パセリ もやし キャベツ 干し椎茸 きゅうり とうもろこし	エネルギー 656 kcal たんぱく質 27.8g 脂質 19.1g 食塩相当量 1.9g	
19水	ふくしま「食の基本」推進デー					
	麦ご飯 牛乳 タンドリーチキン風 小松菜とごぼうのおかかあえ 根菜のごま汁	鶏肉 かつお節 油揚げ みそ	牛乳 煎干 麦ごはん さといも 大豆油 ごま	ごまつな にんじん ほうれん草 にんにく しょうが ごぼう もやし だいこん ねぎ	エネルギー 641 kcal たんぱく質 29.2g 脂質 17.7g 食塩相当量 1.9g	
20木	コッパン 牛乳 フランクソーセージ キャベツのサラダ 白菜のスープ	フランクフルト ツナフレーク ベーコン	牛乳 コッパン 砂糖 大豆油	にんじん ごまつな キャベツ だいこん とうもろこし 白菜 玉葱 干し椎茸 しめじ	エネルギー 665 kcal たんぱく質 24.9g 脂質 27.8g 食塩相当量 2.8g	
21金	2月 パースデーランチ					
	キムチチャーハン 牛乳 ナムル 春雨スープ いちごプリン	豚肉 たまご ベーコン	牛乳 麦ごはん 砂糖 春雨 かたくり粉 いちごプリン 大豆油 ごま油 ごま	にんじん ほうれん草 ピーマン とうがらし ごまつな にんにく たけのこ ねぎ もやし きゅうり 干し椎茸 玉葱	エネルギー 629 kcal たんぱく質 22.3g 脂質 17.9g 食塩相当量 2.2g	
25火	きつねうどん 牛乳 春巻き ほうれん草と焼豚のあえもの	豚肉 油揚げ 焼き豚	煎干 牛乳 ソフト麺 砂糖 春巻き 大豆油 ごま	ごまつな にんじん ほうれん草 ねぎ もやし	エネルギー 650 kcal たんぱく質 28.3g 脂質 21.4g 食塩相当量 1.5g	
26水	1年生リクエストメニュー					
	麦ご飯 牛乳 のりたまふりかけ 鮭の塩焼き ポテトサラダ なめこのみそ汁 ぶどうゼリー	紅鮭 ロースハム 豆腐 みそ	牛乳 煎干 麦ごはん じゃがいも 大豆油 マヨネーズ	にんじん 玉葱 きゅうり なめこ ねぎ 白菜 ぶどう	エネルギー 668 kcal たんぱく質 28.2g 脂質 19.2g 食塩相当量 1.9g	
27木	麦ご飯 牛乳 シュウマイ もやしのラー油あえ 中華スープ	シュウマイ ベーコン 豆腐 たまご	牛乳 わかめ 麦ごはん 砂糖 ごま油	にんじん ほうれん草 ピーマン とうがらし ごまつな もやし きゅうり きくらげ	エネルギー 616 kcal たんぱく質 20.2g 脂質 17.8g 食塩相当量 2g	
28金	ひじきご飯 牛乳 あじフライ こんにゃくサラダ じゃが芋と白菜のみそ汁	あじ 鶏肉 油揚げ ロースハム 豆腐 みそ	ひじき 牛乳 わかめ 煎干 麦ごはん 砂糖 サラダ用 こんにゃく じゃがいも 大豆油	にんじん ごまつな えだまめ ごぼう 干し椎茸 もやし きゅうり 白菜 ねぎ	エネルギー 679 kcal たんぱく質 31.1g 脂質 18.6g 食塩相当量 2.4g	
					栄養価基準値 エネルギー 640 kcal たんぱく質 24.0g 脂質 19.0g 食塩相当量 2.5g	今月の 平均値 エネルギー 654 kcal たんぱく質 25.9g 脂質 19.8g 食塩相当量 2.2g

※ 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下さい。
※ 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)

ふくしま「食の基本」推進デーってなあに？

福島県では、県民の食行動や栄養摂取状況の改善を目的に、主食・主菜・副菜がそろった「バランスのよい食事」に「減塩」を加えた『ふくしま「食の基本」推進事業』を重点事業として取り組んでいます。主食・主菜・副菜のそろったバランスのよい食事と減塩を意識することにより、生活習慣病の発症・重症化の予防を図ることを目的としています。
県南地域の学校給食では、2月19日(水)の給食は、『ふくしま「食の基本」推進デー』の取組の一つである『減塩』を意識したメニューを取り入れました。
減塩メニュー給食では、塩分を基準値の95%に抑え、調理しています。
さて、2月19日の給食の中でどのメニューが減塩されているのでしょうか？
答えは当日のお昼の放送で発表したいと思います！お楽しみに！

