

〔関辺小学校〕



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査
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	12/1	給食丸ごと	—	不検出	12月1日	
2	12/1	人参	福島県	不検出	12月2日	
3	12/1	もやし	栃木県	不検出	12月2日	
4	12/1	木綿豆腐	白河市	不検出	12月2日	
5	12/1	焼さば	宮城県	不検出	12月2日	
6	12/2	給食丸ごと	—	不検出	12月2日	
7	12/2	じゃがいも	北海道	不検出	12月3日	
8	12/2	チキンカツ	福島県	不検出	12月3日	
9	12/2	ベーコン	栃木県	不検出	12月3日	
10	12/3	給食丸ごと	—	不検出	12月3日	
11	12/3	長ねぎ	福島県	不検出	12月4日	
12	12/3	きゅうり	福島県	不検出	12月4日	
13	12/3	玉ねぎ	北海道	不検出	12月4日	
14	12/4	給食丸ごと	—	不検出	12月4日	
15	12/4	ごぼう	青森県	不検出	12月7日	
16	12/4	大根	福島県	不検出	12月7日	
17	12/4	白菜	福島県	不検出	12月7日	
18	12/4	板こんにゃく	白河市	不検出	12月7日	
19	12/7	給食丸ごと	—	不検出	12月7日	
20	12/7	ウィンナー	栃木県	不検出	12月8日	
21	12/7	ピーマン	高知県	不検出	12月8日	
22	12/7	玉ねぎ	北海道	不検出	12月8日	
23	12/8	給食丸ごと	—	不検出	12月8日	
24	12/8	長ねぎ	福島県	不検出	12月9日	
25	12/8	大根	福島県	不検出	12月9日	
26	12/8	しめじ	新潟県	不検出	12月9日	
27	12/8	納豆	白河市	不検出	12月9日	
28	12/9	給食丸ごと	—	不検出	12月9日	
29	12/9	人参	福島県	不検出	12月10日	
30	12/9	キャベツ	愛知県	不検出	12月10日	
31	12/9	鶏もも肉	福島県	不検出	12月10日	
32	12/10	給食丸ごと	—	不検出	12月10日	
33	12/10	白菜	福島県	不検出	12月11日	
34	12/10	きゅうり	福島県	不検出	12月11日	
35	12/10	えのきだけ	新潟県	不検出	12月11日	
36	12/10	じゃがいも	北海道	不検出	12月11日	
37	12/11	給食丸ごと	—	不検出	12月11日	

38	12/11	もやし	栃木県	不検出	12月14日	
39	12/11	木綿豆腐	白河市	不検出	12月14日	
40	12/11	豚みそ漬け	福島県	不検出	12月14日	
41	12/14	給食丸ごと	—	不検出	12月14日	
42	12/14	キャベツ	愛知県	不検出	12月15日	
43	12/14	長ねぎ	福島県	不検出	12月15日	
44	12/14	大根	福島県	不検出	12月15日	
45	12/14	焼豚	福島県	不検出	12月15日	
46	12/15	給食丸ごと	—	不検出	12月15日	
47	12/15	えのきだけ	新潟県	不検出	12月16日	
48	12/15	突きこんにゃく	白河市	不検出	12月16日	
49	12/16	給食丸ごと	—	不検出	12月16日	
50	12/16	ロースハム	北海道	不検出	12月17日	
51	12/16	じゃがいも	北海道	不検出	12月17日	
52	12/16	玉ねぎ	北海道	不検出	12月17日	
53	12/16	きゅうり	宮崎県	不検出	12月17日	
54	12/17	給食丸ごと	—	不検出	12月17日	
55	12/17	人参	福島県	不検出	12月18日	
56	12/17	もやし	栃木県	不検出	12月18日	
57	12/17	ミニ豚まん	愛知県	不検出	12月18日	
58	12/18	給食丸ごと	—	不検出	12月18日	
59	12/18	ごぼう	青森県	不検出	12月21日	
60	12/18	板こんにゃく	白河市	不検出	12月21日	
61	12/18	鶏もも肉	北海道	不検出	12月21日	
62	12/18	里芋	九州	不検出	12月21日	
63	12/21	給食丸ごと	—	不検出	12月21日	
64	12/21	豚もも肉	福島県	不検出	12月22日	
65	12/21	人参	福島県	不検出	12月22日	
66	12/21	キャベツ	愛知県	不検出	12月22日	
67	12/21	みかん	福岡県	不検出	12月22日	
68	12/22	給食丸ごと	—	不検出	12月22日	
69	12/22	長ねぎ	福島県	不検出	12月23日	
70	12/22	じゃがいも	北海道	不検出	12月23日	
71	12/22	木綿豆腐	白河市	不検出	12月23日	
72	12/22	鮭	チリ	不検出	12月23日	
73	12/23	給食丸ごと	—	不検出	12月23日	
74	12/23	玉ねぎ	北海道	不検出	12月24日	
75	12/23	きゅうり	千葉県	不検出	12月24日	
76	12/23	大根	福島県	不検出	12月24日	
77	12/23	焼豚	北海道	不検出	12月24日	
78	12/24	給食丸ごと	—	不検出	12月24日	



こんだてひょう



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 火	焼きそば 牛乳 枝豆フリッター 小松菜のおかかあえ ぶどうゼリー	豚肉 枝豆フリッター かつお節	牛乳	焼きそばめん 大豆油 ごま	にんじん 青ピーマン 小松菜	もやし キャベツ 玉葱 ぶどうゼリー	エネルギー たんぱく質 脂質 食塩相当量	774 kcal 30.9 g 18.9 g 1.3 g	
2 水	麦ご飯 牛乳 さばの塩焼き ほうれん草のおひたし わかめのみそ汁 かみかみデザート	さばの塩焼き 木綿豆腐 みそ	牛乳 わかめ 煮干	精白米 精麦 じゃがいも	ごま ほうれん草 にんじん	もやし 玉葱	エネルギー たんぱく質 脂質 食塩相当量	632 kcal 28.1 g 17.9 g 2.2 g	
3 木	食パン 牛乳 マーシャルピンス チキンカツ ポパイサラダ コンソメスープ	たまご ロースハム ベーコン	牛乳	食パン じゃがいも	なたね油 ごま マヨネーズ	ほうれん草 にんじん パセリ	玉葱 きゅうり とうもろこし	エネルギー たんぱく質 脂質 食塩相当量	842 kcal 29.5 g 35.5 g 2.4 g
4 金	麦ご飯 牛乳 ささみチーズフライ キャベツのサラダ 小松菜のみそ汁	鶏肉 たまご 油揚げ みそ	牛乳 ハルメザン チーズ 煮干	精白米 精麦 三温糖 じゃがいも	大豆油	にんじん 小松菜	キャベツ とうもろこし きゅうり 玉葱 ねぎ	エネルギー たんぱく質 脂質 食塩相当量	672 kcal 28.4 g 17.1 g 1.5 g
7 月	麦ご飯 牛乳 たれ付肉団子 じゃこサラダ けんちん汁	たれ付肉団子 豚肉 木綿豆腐 みそ	牛乳 ちりめん じゃこ 煮干	精白米 精麦 三温糖 さといも こんにゃく	ごま	にんじん	キャベツ きゅうり とうもろこし だいこん ねぎ ごぼう 干し椎茸 白菜	エネルギー たんぱく質 脂質 食塩相当量	575 kcal 23.4 g 13.3 g 2.1 g
8 火	スパゲティナポリタン 牛乳 ブロッコリーサラダ 果物(バナナ)	ウィンナー	牛乳	スパゲティ オリーブ油 有塩バター	にんじん 青ピーマン トマト缶詰 ブロッコリー	玉葱 にんにく しょうが とうもろこし キャベツ バナナ	エネルギー たんぱく質 脂質 食塩相当量	653 kcal 21.5 g 19.9 g 2.2 g	
9 水	麦ご飯 牛乳 納豆 たこナゲット 野菜のあえもの 具たくさんみそ汁	ロースハム 木綿豆腐 みそ	牛乳 わかめ 煮干	精白米 精麦 三温糖 じゃがいも	ごま油	にんじん ブロッコリー 小松菜	キャベツ だいこん ほんしめじ 白菜 ねぎ 干し椎茸	エネルギー たんぱく質 脂質 食塩相当量	611 kcal 34.3 g 16.4 g 1.8 g
10 木	コッペパン 牛乳 いちご&マーガリン 手作りマカロニグラタン フレンチサラダ 白菜と肉団子のスープ	鶏肉 ロースハム	牛乳 チーズ	コッペパン マカロニ 薄力粉 いちごジャム	大豆油 有塩バター フレンチ ドレッシング マーガリン	パセリ ブロッコリー にんじん 小松菜	玉葱 とうもろこし マッシュルーム キャベツ きゅうり 白菜 たけのこ 干し椎茸	エネルギー たんぱく質 脂質 食塩相当量	849 kcal 34.3 g 30.6 g 3.5 g
11 金	麦ご飯 牛乳 味付きのり はるまき 大根サラダ きのこのみそ汁	ロースハム 木綿豆腐 みそ	味付けのり 牛乳 煮干	精白米 精麦 はるまき 三温糖 じゃがいも	大豆油	にんじん	だいこん きゅうり キャベツ ぶなしめじ えのきたけ 白菜 ねぎ	エネルギー たんぱく質 脂質 食塩相当量	622 kcal 19.1 g 18.2 g 1.7 g

今月の給食目標

《栄養のバランス》赤・黄・緑を食べる バランスを考えて食べる。



令和2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	
14 月	麦ご飯 牛乳 豚のみそ焼き 野菜のごまあえ じゃが芋のみそ汁	豚肉 みそ 木綿豆腐	牛乳 わかめ 煮干	精白米 精麦 三温糖 じゃがいも	大豆油 ごま	ほうれん草 にんじん 小松菜	もやし キャベツ ねぎ	エネルギー たんぱく質 脂質 食塩相当量	617 kcal 29.4 g 17.7 g 1.8 g
15 火	白河ラーメン 牛乳 チキンナゲット ジャキジャキサラダ はちみつゆずゼリー	なると 焼き豚 鶏肉 むぎえだまめ	牛乳	中華めん 三温糖	大豆油 なたね油	ほうれん草 にんじん	味付きメンマ しょうが にんにく ねぎ キャベツ れんこん きゅうり だいこん とうもろこし	エネルギー たんぱく質 脂質 食塩相当量	738 kcal 40.5 g 21.7 g 2.7 g
16 水	麦ご飯 牛乳 ちくわの磯辺揚げ れんこんのきんぴら えのきのみそ汁	ちくわの磯辺揚 げ 鶏肉 さつまいも 油揚げ みそ	牛乳 煮干	精白米 精麦 こんにゃく 三温糖 じゃがいも	大豆油 ごま	にんじん 小松菜	れんこん えのきたけ ねぎ	エネルギー たんぱく質 脂質 食塩相当量	673 kcal 26.7 g 18.9 g 2.7 g
17 木	ちょっと早めのクリスマス セレクトランチ								
	クロワッサン 牛乳 ビーフシチュー カントリーサラダ クリスマスケーキ (ホワイトorチョコ)	牛肉 ロースハム	牛乳	クロワッサン じゃがいも 三温糖 ケーキ	有塩バター 大豆油	にんじん	玉葱 にんにく マッシュルーム きゅうり キャベツ だいこん とうもろこし	エネルギー たんぱく質 脂質 食塩相当量	777 kcal 21.1 g 47.5 g 4 g
18 金	茶飯 牛乳 ほうれん草のあえもの おでん ミニ肉まん	焼き豚 さつまいも 焼き竹輪 がんもどき うすら卵	牛乳	精白米 精麦 こんにゃく 三温糖	ごま	ほうれん草 にんじん	もやし だいこん	エネルギー たんぱく質 脂質 食塩相当量	657 kcal 29.2 g 15.9 g 2.7 g
21 月	麦ご飯 牛乳 アジフリッター かぼちゃサラダ 筑前煮	アジフリッター ロースハム 鶏肉 さつまいも	牛乳	精白米 精麦 さといも こんにゃく	大豆油 マヨネーズ	かぼちゃ にんじん いんげん	玉葱 きゅうり たけのこ れんこん ごぼう 干し椎茸 だいこん	エネルギー たんぱく質 脂質 食塩相当量	721 kcal 25 g 26.8 g 1.3 g
22 火	3年生リクエストメニュー								
	カレーうどん 牛乳 鶏のから揚げ わかめとツナのサラダ 果物(みかん)	豚肉 なると かつお節 鶏のから揚げ ツナフレーク	牛乳 わかめ	ソフト麺	大豆油	ほうれん草 にんじん ブロッコリー	玉葱 ねぎ キャベツ みかん	エネルギー たんぱく質 脂質 食塩相当量	748 kcal 32.5 g 27.2 g 2.3 g
23 水	麦ご飯 牛乳 鮭のごまマヨネーズ焼き 五色あえ なめこのみそ汁 かみかみ昆布	へにぎけ 焼き豚 たまご 木綿豆腐 みそ	牛乳 わかめ 煮干	精白米 精麦 三温糖 じゃがいも	マヨネーズ ごま ごま油	パセリ ほうれん草 にんじん 小松菜	もやし なめこ ねぎ	エネルギー たんぱく質 脂質 食塩相当量	637 kcal 27.3 g 20.5 g 1.7 g
24 木	12月 パースデーランチ								
	チキンピラフ 牛乳 もみの木ハンバーグ ビーンズサラダ ミネストローネ チョコムース	鶏肉 えだまめ 大豆 焼き豚 ベーコン	牛乳 チーズ	精白米 精麦 三温糖 じゃがいも マカロニ	有塩バター なたね油 ごま油 ごま	にんじん トマト缶詰 パセリ	玉葱 グリーンピース とうもろこし きゅうり だいこん セロリ にんにく	エネルギー たんぱく質 脂質 食塩相当量	918 kcal 32.1 g 34.4 g 2.4 g

※ 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)

栄養価基準値	今月の平均値
エネルギー	650kcal
たんぱく質	21.0~32.5g
脂質	14~22g
食塩相当量	2.0g
エネルギー	706 kcal
たんぱく質	27.5 g
脂質	23.2 g
食塩相当量	2.2 g