

# 〔白河第一小学校〕



テクノエーピーTN300Bベクレルモニターシミュレーション検出器  
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	10/1	キャベツ	群馬県	不検出	10月4日	
2	10/1	白菜	長野県	不検出	10月4日	
3	10/1	給食丸ごと	—	不検出	10月1日	
4	10/1	もやし	栃木県	不検出	10月4日	
5	10/4	人参	北海道	不検出	10月5日	
6	10/4	えのき	新潟県	不検出	10月5日	
7	10/4	チンゲン菜	静岡県	不検出	10月5日	
8	10/4	給食丸ごと	—	不検出	10月4日	
9	10/5	レンコン	茨城県	不検出	10月6日	
10	10/5	しめじ	新潟県	不検出	10月6日	
11	10/5	白菜	長野県	不検出	10月6日	
12	10/5	給食丸ごと	—	不検出	10月5日	
13	10/6	キャベツ	栃木県	不検出	10月7日	
14	10/6	赤パプリカ	オランダ	不検出	10月7日	
15	10/6	じゃがいも	北海道	不検出	10月7日	
16	10/6	給食丸ごと	—	不検出	10月6日	
17	10/7	舞茸	長野県	不検出	10月8日	
18	10/7	大根	福島県	不検出	10月8日	
19	10/7	給食丸ごと	—	不検出	10月7日	
20	10/7	牛乳	郡山市	不検出	10月7日	
21	10/8	きゅうり	福島県	不検出	10月12日	
22	10/8	人参	北海道	不検出	10月12日	
23	10/8	さつまいも	茨城県	不検出	10月12日	
24	10/8	給食丸ごと	—	不検出	10月8日	
25	10/12	給食丸ごと	—	不検出	10月12日	
26	10/12	人参	北海道	不検出	10月14日	
27	10/12	大根	福島県	不検出	10月14日	
28	10/12	白菜	福島県	不検出	10月14日	
29	10/14	キャベツ	栃木県	不検出	10月15日	
30	10/14	じゃがいも	北海道	不検出	10月15日	
31	10/14	給食丸ごと	—	不検出	10月14日	
32	10/15	卵	福島県	不検出	10月18日	
33	10/15	人参	北海道	不検出	10月18日	
34	10/15	ねぎ	福島県	不検出	10月18日	
35	10/15	給食丸ごと	—	不検出	10月15日	
36	10/15	牛乳	郡山市	不検出	10月15日	

37	10/18	きゅうり	福島県	不検出	10月19日	
38	10/18	セロリ	長野県	不検出	10月19日	
39	10/18	レンコン	茨城県	不検出	10月19日	
40	10/18	給食丸ごと	—	不検出	10月18日	
41	10/19	もやし	栃木県	不検出	10月20日	
42	10/19	えのき	新潟県	不検出	10月20日	
43	10/19	チンゲン菜	静岡県	不検出	10月20日	
44	10/19	給食丸ごと	—	不検出	10月19日	
45	10/20	さつまいも	茨城県	不検出	10月21日	
46	10/20	小松菜	福島県	不検出	10月21日	
47	10/20	生鮭	北海道	不検出	10月21日	
48	10/20	給食丸ごと	—	不検出	10月20日	
49	10/21	キャベツ	栃木県	不検出	10月25日	
50	10/21	大根	福島県	不検出	10月25日	
51	10/21	給食丸ごと	—	不検出	10月21日	
52	10/21	牛乳	郡山市	不検出	10月21日	
53	10/25	人参	北海道	不検出	10月26日	
54	10/25	ごぼう	青森県	不検出	10月26日	
55	10/25	ねぎ	福島県	不検出	10月26日	
56	10/25	給食丸ごと	—	不検出	10月25日	
57	10/26	きゅうり	福島県	不検出	10月27日	
58	10/26	キャベツ	茨城県	不検出	10月27日	
59	10/26	大根	福島県	不検出	10月27日	
60	10/26	給食丸ごと	—	不検出	10月26日	
61	10/27	人参	北海道	不検出	10月28日	
62	10/27	かぼちゃ	北海道	不検出	10月28日	
63	10/27	給食丸ごと	—	不検出	10月27日	
64	10/28	じゃがいも	北海道	不検出	11月1日	
65	10/28	白菜	福島県	不検出	11月1日	
66	10/28	給食丸ごと	—	不検出	10月28日	
67	10/28	牛乳	郡山市	不検出	10月28日	

# 令和3年度10月 学校給食予定献立（10月1日～10月18日）

白河市立白河第一小学校

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	熱や力になる	体の調子を整える		
1 金	麦ご飯 牛乳 鶏肉のスパイス焼き ほうれん草のごまサラダ じゃがいもカレースープ	牛乳 鶏肉 ツナ 豚肉	麦ごはん 糸こんにやく ごま マヨネーズ サラダ油 じゃがいも	きゅうり ほうれん草 にんにく 玉ねぎ 人参 セロリー ぶなしめじ	エネルギー たんぱく質 脂質 食塩相当量	697 kcal 25.0 g 25.8 g 2.2 g
4 月	麦ご飯 牛乳 春雨サラダ 八宝菜 りんご	牛乳 ハム 豚肉 うずら卵 えび いか	麦ごはん マロニー サラダ油 砂糖 ごま油 ごま 片栗粉	キャベツ きゅうり 人参 生姜 干しいたけ たけのこ 玉ねぎ 白菜 もやし りんご	エネルギー たんぱく質 脂質 食塩相当量	638 kcal 24.0 g 17.9 g 1.6 g
5 火	レーズンパン 牛乳 手作りミートグラタン 豆サラダ えび団子スープ	牛乳 豚ひき肉 大豆ミート チーズ 大豆 ハム 海老ホール	コッペパン マカロニ サラダ油 砂糖	干しぶどう 玉ねぎ 人参 グリーンピース にんにく キャベツ とうもろこし えのきたけ ほうれん草	エネルギー たんぱく質 脂質 食塩相当量	538 kcal 25.6 g 16.5 g 2.7 g
6 水	<b>★ ウェルかむランチ ★</b> 麦ご飯 型抜きチーズ 鮭の西京焼き 筑前煮 白菜のみそ汁	型抜きチーズ 鮭の西京焼き 鶏肉 凍り豆腐 みそ	麦ごはん 里芋 こんにやく サラダ油 砂糖	人参 たけのこ ごぼう れんこん 干しいたけ いんげん ぶなしめじ 白菜 ねぎ	エネルギー たんぱく質 脂質 食塩相当量	500 kcal 24.8 g 11.9 g 2.1 g
7 木	麦ごはん 牛乳 黒毛和牛肉メンチ イタリアンサラダ チーズスープ	牛乳 黒毛和牛肉メンチ ウィンナー 粉チーズ	麦ごはん 揚げ油 オリーブ油 砂糖 じゃがいも	キャベツ きゅうり とうもろこし 玉ねぎ 赤パプリカ 人参 ほうれん草	エネルギー たんぱく質 脂質 食塩相当量	679 kcal 20.7 g 23.4 g 2.6 g
8 金	<b>🍷 目の愛護デー献立 🍷</b> きのこごはん 牛乳 ブロッコリーのおかか和え みそけんちん汁 ブルーベリーゼリー	牛乳 たい 油揚げ かまぼこ かつお節 豚肉 豆腐 みそ	ごはん 砂糖 里芋 こんにやく	人参 ごぼう まいたけ ぶなしめじ 干しいたけ ほうれん草 ブロッコリー 玉ねぎ 大根 ねぎ	エネルギー たんぱく質 脂質 食塩相当量	594 kcal 23.1 g 14.8 g 2.6 g
11 月	<b>授業参観 繰替休業日</b>					
12 火	スライス丸パン 牛乳 白身魚のフライ キャベツのサラダ さつまいもシチュー	牛乳 白身魚フライ ハム 鶏肉	スライス丸パン 揚げ油 オリーブ油 バター さつまいも	キャベツ きゅうり にんにく 玉ねぎ 人参 グリンピース マッシュルーム パセリ	エネルギー たんぱく質 脂質 食塩相当量	650 kcal 25.2 g 28.9 g 2.5 g
13 水	<b>小教研研究協議会のため 給食なし</b>					
14 木	麦ご飯 牛乳 シューマイ 韓国風のり和え チゲ汁	牛乳 ハム 焼きのり 豚肉 豆腐 みそ	麦ごはん ごま油	もやし 小松菜 人参 にんにく 生姜 大根 白菜 なら ねぎ	エネルギー たんぱく質 脂質 食塩相当量	596 kcal 21.3 g 17.6 g 2.8 g
15 金	<b>🍁 秋の味覚献立 🍁</b> きのこカレーライス 牛乳 れんこんサラダ いちごヨーグルト	牛乳 ツナ わかめ 豚肉 チーズ いちごヨーグルト	麦ごはん 砂糖 ごま じゃがいも	れんこん 人参 きゅうり キャベツ にんにく 玉ねぎ ぶなしめじ えのきたけ トマト グリンピース	エネルギー たんぱく質 脂質 食塩相当量	721 kcal 24.6 g 19.6 g 2.7 g
18 月	親子丼 牛乳 塩昆布和え ごま汁 県産一口ももゼリー	牛乳 鶏肉 凍り豆腐 卵 塩昆布 油揚げ 豆腐 みそ	麦ごはん 砂糖 ごま さといも ごま 県産一口桃ゼリー	干しいたけ 玉ねぎ グリーンピース キャベツ きゅうり 人参 ねぎ	エネルギー たんぱく質 脂質 食塩相当量	687 kcal 27.4 g 20.6 g 2.4 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。ご了承ください。



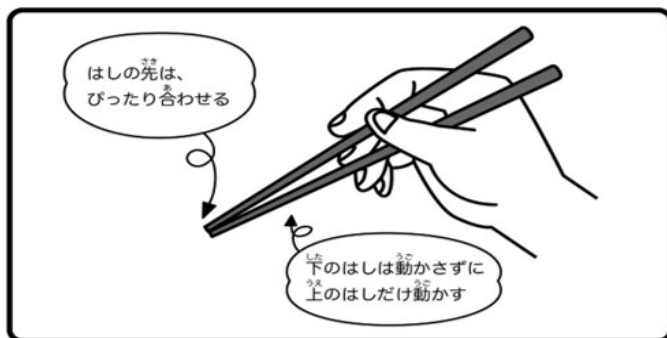
# 令和3年度10月 学校給食予定献立（10月19日～10月29日）

白河市立白河第一小学校

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		
19 火	きなこ揚げパン 牛乳 鶏肉のハーブ焼き わかめとツナのサラダ 秋のミネストローネ	牛乳 きな粉 鶏肉 粉チーズ わかめ ツナ ベーコン 大豆	コッペパン 揚げ油 砂糖 グラニュー糖 サラダ油 オリーブ油 さつまいも マカロニ	キャベツ 玉ねぎ きゅうり にんにく 人参 ぶなしめじ セロリー れんこん トマト パセリ	エネルギー たんぱく質 脂質 食塩相当量	713 kcal 29.4 g 32.1 g 2.4 g
20 水	中華混ぜご飯 牛乳 もやしのナムル ワンタンスープ	牛乳 焼き豚 豚肉 ちくわ 鶏ひき肉 なんと	ごはん ごま油 砂糖 ワンタン	枝豆 ぜんまい 干しいたけ ねぎ 人参 もやし 小松菜 チンゲン菜	エネルギー たんぱく質 脂質 食塩相当量	566 kcal 21.6 g 13.7 g 2.8 g
21 木	<b>2年2組リクエスト献立</b> 麦ご飯 牛乳 鮭のグラタン 大学芋 かぼちゃのみそ汁	牛乳 鮭 粉チーズ 油揚げ みそ	麦ごはん マヨネーズ さつまいも 揚げ油 砂糖	玉ねぎ パセリ かぼちゃ 小松菜 ねぎ	エネルギー たんぱく質 脂質 食塩相当量	742 kcal 27.7 g 23.7 g 2.9 g
22 金	<b>教育実践発表会のため 弁当持参</b>					
25 月	麦ご飯 牛乳 納豆 ほうれん草のピーナッツ和え ごまみそおでん	牛乳 納豆 ちくわ さつまいも揚げ がんもどき こんぶ 生揚げ うずら卵 みそ	麦ごはん ピーナッツ 砂糖 こんにやく ごま	もやし 人参 キャベツ ほうれん草 大根	エネルギー たんぱく質 脂質 食塩相当量	685 kcal 29.8 g 23.7 g 2.3 g
26 火	<b>2年1組リクエスト献立</b> 肉うどん 牛乳 ちくわの磯部揚げ かぼちゃの天ぷら	牛乳 豚肉 油揚げ ちくわ 昆布 あおさのり	ソフト麺 天ぷら粉 揚げ油	干しいたけ 人参 ねぎ かぼちゃ	エネルギー たんぱく質 脂質 食塩相当量	591 kcal 23.1 g 19.3 g 3.1 g
27 水	麦ご飯 牛乳 豚肉の生姜焼き 切干大根とわかめのサラダ 生揚げのみそ汁	牛乳 豚ロース肉 わかめ ハム 生揚げ みそ	麦ごはん ごま油 砂糖	生姜 にんにく 切干大根 きゅうり キャベツ 人参 えのきたけ	エネルギー たんぱく質 脂質 食塩相当量	619 kcal 26.4 g 20.5 g 2.4 g
28 木	<b>ハローウィン献立</b> 減量ご飯 牛乳 鶏肉のマーマレード焼き カリフラワーサラダ パンプキンポタージュ さつまいもと栗のタルト	牛乳 鶏肉 生クリーム	ごはん サラダ油 砂糖 バター さつまいもと栗のタルト	マーマレード にんにく カリフラワー ブロッコリー 人参 とうもろこし 玉ねぎ かぼちゃ パセリ	エネルギー たんぱく質 脂質 食塩相当量	735 kcal 24.7 g 26.1 g 1.9 g
29 金	<b>就学時健康診断のため 給食なし</b>					

※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。ご了承ください。

一日あたり平均	
エネルギー	644 kcal
たんぱく質	25.0 g
脂質	20.9 g
食塩相当量	2.5 g



- ① 上のはしは、えんぴつを持つように、親指、人差し指、中指で持つ。
- ② 「1の字」を書くように、たてに動かして、上のはしの動きを練習する。
- ③ もう1本のはしを、親指のつけ根から、中指と薬指の間に通す。
- ④ 上のはしだけを動かすようにして、はしの先をとじたり、開いたりする。