

〔釜子小学校〕



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	11/1	豚もも肉	福島県	不検出	11月4日	
2	11/1	もやし	郡山市	不検出	11月4日	
3	11/1	きゅうり	福島県	不検出	11月4日	
4	11/1	給食丸ごと	—	不検出	11月1日	
5	11/2	鶏ひき肉	岩手県	不検出	11月5日	
6	11/2	にら	茨城県	不検出	11月5日	
7	11/2	ギョーザ	福岡県	不検出	11月5日	
8	11/2	給食丸ごと	—	不検出	11月2日	
9	11/4	鶏もも肉	福島県	不検出	11月8日	
10	11/4	つきこんにゃく	石川町	不検出	11月8日	
11	11/4	サケ	千葉県	不検出	11月8日	
12	11/4	しめじ	福島県	不検出	11月9日	
13	11/4	給食丸ごと	—	不検出	11月4日	
14	11/5	給食丸ごと	—	不検出	11月5日	
15	11/8	鶏ささみ肉	岩手県	不検出	11月9日	
16	11/8	ウィンナー	高崎市	不検出	11月9日	
17	11/8	キャベツ	茨城県	不検出	11月10日	
18	11/8	人参	北海道	不検出	11月10日	
19	11/8	給食丸ごと	—	不検出	11月8日	
20	11/9	豚肩ロース肉	福島県	不検出	11月10日	
21	11/9	もやし	郡山市	不検出	11月10日	
22	11/9	ピーマン	茨城県	不検出	11月10日	
23	11/9	給食丸ごと	—	不検出	11月9日	
24	11/10	鶏もも肉	岩手県	不検出	11月11日	
25	11/10	ごぼう	青森県	不検出	11月11日	
26	11/10	卵	中島村	不検出	11月11日	
27	11/10	給食丸ごと	—	不検出	11月10日	
28	11/11	豚もも肉	福島県	不検出	11月12日	
29	11/11	生揚げ	郡山市	不検出	11月12日	
30	11/11	赤魚	北大西洋	不検出	11月12日	
31	11/11	えのき茸	福島県	不検出	11月12日	
32	11/11	給食丸ごと	—	不検出	11月11日	
33	11/12	糸こんにゃく	石川町	不検出	11月15日	

34	11/12	豆腐	白河市	不検出	11月15日	
35	11/12	オムレツ	秋田県	不検出	11月15日	
36	11/12	給食丸ごと	—	不検出	11月12日	
37	11/15	豚もも肉	福島県	不検出	11月16日	
38	11/15	キャベツ	茨城県	不検出	11月16日	
39	11/15	きゅうり	福島県	不検出	11月16日	
40	11/15	給食丸ごと	—	不検出	11月15日	
41	11/16	にら	茨城県	不検出	11月17日	
42	11/16	みかん	和歌山県	不検出	11月17日	
43	11/16	イカフライ	中国	不検出	11月17日	
44	11/16	給食丸ごと	—	不検出	11月16日	
45	11/17	豚ひき肉	福島県	不検出	11月18日	
46	11/17	もやし	郡山市	不検出	11月18日	
47	11/17	ピーマン	茨城県	不検出	11月18日	
48	11/17	給食丸ごと	—	不検出	11月17日	
49	11/18	卵	中島村	不検出	11月19日	
50	11/18	豆腐	白河市	不検出	11月19日	
51	11/18	給食丸ごと	—	不検出	11月18日	
52	11/19	つきこんにゃく	石川町	不検出	11月24日	
53	11/19	油揚げ	郡山市	不検出	11月24日	
54	11/19	さば切身	ノルウェー	不検出	11月24日	
55	11/19	給食丸ごと	—	不検出	11月19日	
56	11/24	豚もも肉	福島県	不検出	11月25日	
57	11/24	きゅうり	福島県	不検出	11月25日	
58	11/24	キャベツ	茨城県	不検出	11月25日	
59	11/24	給食丸ごと	—	不検出	11月24日	
60	11/26	豚ひき肉	福島県	不検出	11月29日	
61	11/26	鶏ひき肉	岩手県	不検出	11月29日	
62	11/26	オレンジ	アメリカ	不検出	11月29日	
63	11/26	給食丸ごと	—	不検出	11月26日	
64	11/29	もやし	郡山市	不検出	11月30日	
65	11/29	にら	茨城県	不検出	11月30日	
66	11/29	豆腐	白河市	不検出	11月30日	
67	11/29	給食丸ごと	—	不検出	11月29日	
68	11/30	つきこんにゃく	石川町	不検出	12月1日	
69	11/30	油揚げ	郡山市	不検出	12月1日	
70	11/30	きゅうり	宮崎県	不検出	12月1日	
71	11/30	給食丸ごと	—	不検出	11月30日	



11月 給食よていこんだてひょう

令和3年度

白河市立釜子小学校

日	曜	献立名	あか 血や肉など体をつくる もとなるもの		みどり 体の調子を整える もとなるもの		きいろ 熱や力を出す もとなるもの		家で食べて ほしい食品	栄養価			
										エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂質 (g)	食塩 相当量 (g)
1	月	五目ごはん 牛乳 たらフライ ほうれん草と錦糸たまごのあえもの 玉ねぎのみそ汁	とり肉 油揚げ たらフライ たまご 豆腐	牛乳 わかめ 煮干し	にんじん ほうれん草	ごぼう 玉ねぎ 干しいたけ グリーンピース キャベツ こんにゃく	ごはん さとう じゃがいも	ごめ油	く だ も の	565	23.4	15.6	3.1
2	火	ごはん 牛乳 鶏肉の香味焼き うのはな炒り えのきのみそ汁	とり肉 おから さつま揚げ	牛乳 わかめ 煮干し	にんじん	干しいたけ ねぎ ごぼう えのきだけ こんにゃく	ごはん さとう ふ じゃがいも	ごめ油	た ま ご	576	25.9	15.4	2.7
4	木	しょうゆラーメン 牛乳 揚げギョウザ きゅうりといかのサラダ	とり肉 なたと ギョウザ 大豆 いか	牛乳	こまつな	もやし ねぎ メンマ きゅうり レンコン キャベツ コーン	中華めん さとう	ごま ごめ油 ごま油	さ か な	608	26.1	18.1	2.2
5	金	ごはん 牛乳 おかか佃煮 しらすり玉子焼き もやしのひき肉炒め しめじと油揚げのみそ汁	おかか佃煮 しらすり玉子焼き とり肉 大豆 油揚げ	牛乳 煮干し	にんじん ニラ	もやし はくさい しめじ ねぎ	ごはん マロニー かたくり粉 さとう	ごま油	にゅうせいひん	550	21.5	14.8	2.3
8	月	くい歯の日 かみかみ献立 もち玄米ごはん 牛乳 鮭の塩焼き 切り干し大根の炒め煮 豚汁	さけ さつま揚げ ふた肉 豆腐	牛乳	にんじん いんげん	切り干しだいこん 干しいたけ ねぎ はくさい ごぼう こんにゃく	もち玄米ごはん さとう じゃがいも	ごめ油	か い そ う	653	28.4	18.3	2.5
9	火	セルフサンドパン(胚芽パン) 牛乳 チキンサラダ ポトフ ラフランスゼリー	とり肉 ウィンナー	牛乳	にんじん	キャベツ きゅうり 玉ねぎ だいこん しめじ グリーンピース	胚芽パン じゃがいも ラフランスゼリー	ノンエッグマヨネーズ	ま め る い	634	24.3	17.8	1.8
10	水	ごはん 牛乳 酢豚 もやしのラー油あえ 中華スープ	ふた肉 豆腐	牛乳	にんじん ピーマン こまつな	玉ねぎ 干しいたけ ただのこ もやし えのきだけ ねぎ	ごはん かたくり粉 さとう	ごめ油 ごま油 ごま	さ か な	591	20.2	17.3	1.7
11	木	親子かき玉うどん 牛乳 わかめとツナのあえもの 焼きいも	とり肉 油揚げ なたと ツナフレーク たまご	牛乳 わかめ	にんじん	干しいたけ ごぼう 玉ねぎ ねぎ キャベツ きゅうり	ソフトめん かたくり粉 さつまいも	く だ も の	604	23.9	11.9	3.1	
12	金	ごはん 牛乳 赤魚のホイル焼き 小松菜のおひたし かぶのみそ汁	あかうお 生揚げ	牛乳 煮干し	こまつな にんじん かぶの葉	玉ねぎ コーン しめじ えのきだけ もやし かぶ ねぎ	ごはん ノンエッグマヨネーズ	にゅうせいひん	529	22.6	12.9	2.0	
15	月	豚丼 牛乳 大根サラダ なめこ汁 りんご	ふた肉 さきいか 豆腐	牛乳 煮干し	にんじん	干しいたけ ねぎ 玉ねぎ ごぼう 切り干しだいこん きゅうり なめこ りんご こんにゃく	ごはん さとう じゃがいも	ごま油 ごま	か い そ う	575	23.5	12.2	2.7
16	火	黒糖パン 牛乳 オムレツケチャップソース フレンチサラダ パンフキンポタージュ	オムレツ ツナフレーク	牛乳 生クリーム	にんじん かぼちゃ パセリ	キャベツ きゅうり コーン 玉ねぎ	黒糖パン ごめ油 バター	ま め る い	667	22.6	23.2	1.8	
17	水	ごはん 牛乳 納豆 スタミナ炒め もずく入りかき玉汁 みかん	納豆 ふた肉 たまご	牛乳 もずく	にんじん ニラ	玉ねぎ えのきだけ みかん	ごはん さとう じゃがいも	ごま油	さ か な	607	25	16.6	2.2
18	木	焼きそば 牛乳 いかフライ かまぼこと野菜のあえもの	ふた肉 いかフライ かまぼこ	牛乳	にんじん ピーマン ブロッコリー	玉ねぎ キャベツ もやし だいこん	焼きそばめん さとう	ごめ油 ごま油	にゅうせいひん	660	29.4	15.9	3.3
19	金	ごはん 牛乳 手作りハンバーグデミグラスソース レンコンと青大豆のサラダ えのきのみそ汁	ふた肉 たまご 青大豆 ツナフレーク 豆腐	牛乳 煮干し	にんじん こまつな	玉ねぎ キャベツ レンコン えのきだけ ねぎ	ごはん パン粉 さとう じゃがいも ノンエッグマヨネーズ	く だ も の	690	26.7	20.6	2.3	
22	月	お弁当持参の日											
24	水	ごはん 牛乳 さばの竜田揚げ 五目きんぴら 里いもと油揚げのみそ汁	さば ふた肉 油揚げ	牛乳 煮干し	にんじん いんげん	ごぼう ねぎ 干しいたけ しめじ はくさい こんにゃく	ごはん かたくり粉 里いも さとう	ごめ油 ごま	た ま ご	647	24.8	20.0	2.1
25	木	お弁当持参の日											
26	金	ポークカレーライス(麦ごはん) 牛乳 海藻サラダ いちごヨーグルト	ふた肉	牛乳 こんぶ わかめ いちごヨーグルト	パセリ にんじん	玉ねぎ りんご きゅうり キャベツ こんにゃく	麦ごはん じゃがいも ごめ油 さとう	ごめ油 ごま油	ま め る い	729	25.1	19.0	2.7
29	月	三色丼 牛乳 ごま酢あえ 白菜のみそ汁 オレンジ	とり肉 ふた肉 たまご 油揚げ	牛乳	にんじん ピーマン	グリーンピース もやし ねぎ はくさい オレンジ 干しいたけ	ごはん さとう 里いも	ごめ油 ごま ごま油	さ か な	592	23.8	17.4	1.8
30	火	〈せんいたっぷり献立〉 きなこ揚げパン 牛乳 肉たんこ もやしとニラのナムル わかめと豆腐のスープ	きな粉 豆腐 肉たんこ	牛乳 わかめ	にんじん ニラ ほうれん草	もやし メンマ ねぎ	コッペパン さとう	ごめ油 ごま油 ごま	く だ も の	620	23.6	22.2	2.3

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。



11月8日は「いい歯の日」
よくかむ習慣をつけましょう。



〈学校給食摂取基準 中学年目標量〉 ※低・高学年については主食の量で調整しています。				〈11月平均量〉			
エネルギー	たんぱく質	脂質	食塩相当量	エネルギー	たんぱく質	脂質	食塩相当量
650 kcal	21~32.5 g	14~22 g	2 g 未満	617 kcal	24.5 g	17.2 g	2.4 g