

〔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	2/1	人参	茨城県	不検出	2月2日	
2	2/1	白菜	茨城県	不検出	2月2日	
3	2/1	ねぎ	福島県	不検出	2月2日	
4	2/1	給食丸ごと	—	不検出	2月1日	
5	2/2	ごぼう	青森県	不検出	2月3日	
6	2/2	レンコン	茨城県	不検出	2月3日	
7	2/2	給食丸ごと	—	不検出	2月2日	
8	2/2	牛乳	郡山市	不検出	2月2日	
9	2/3	人参	茨城県	不検出	2月6日	
10	2/3	卵	福島県	不検出	2月6日	
11	2/3	にら	福島県	不検出	2月6日	
12	2/3	給食丸ごと	—	不検出	2月3日	
13	2/6	じゃがいも	北海道	不検出	2月7日	
14	2/6	きゅうり	栃木県	不検出	2月7日	
15	2/6	白菜	茨城県	不検出	2月7日	
16	2/6	給食丸ごと	—	不検出	2月6日	
17	2/7	もやし	福島県	不検出	2月8日	
18	2/7	ほうれん草	栃木県	不検出	2月8日	
19	2/7	塩さば	ノルウェー	不検出	2月8日	
20	2/7	給食丸ごと	—	不検出	2月7日	
21	2/8	ねぎ	福島県	不検出	2月9日	
22	2/8	チンゲン菜	静岡県	不検出	2月9日	
23	2/8	豚モモ肉	福島県	不検出	2月10日	
24	2/8	給食丸ごと	—	不検出	2月8日	
25	2/9	玉ねぎ	北海道	不検出	2月10日	
26	2/9	じゃがいも	北海道	不検出	2月10日	
27	2/9	給食丸ごと	—	不検出	2月9日	
28	2/9	牛乳	郡山市	不検出	2月9日	
29	2/10	大根	愛知県	不検出	2月13日	
30	2/10	人参	茨城県	不検出	2月13日	
31	2/10	もやし	福島県	不検出	2月13日	
32	2/10	給食丸ごと	—	不検出	2月10日	
33	2/13	玉ねぎ	北海道	不検出	2月14日	
34	2/13	キャベツ	愛知県	不検出	2月14日	

35	2/13	じゃがいも	北海道	不検出	2月14日	
36	2/13	給食丸ごと	—	不検出	2月13日	
37	2/14	人参	茨城県	不検出	2月15日	
38	2/14	ピーマン	茨城県	不検出	2月15日	
39	2/14	白菜	茨城県	不検出	2月15日	
40	2/14	給食丸ごと	—	不検出	2月14日	
41	2/15	小松菜	福島県	不検出	2月16日	
42	2/15	しめじ	新潟県	不検出	2月16日	
43	2/15	さつまいも	茨城県	不検出	2月16日	
44	2/15	給食丸ごと	—	不検出	2月15日	
45	2/16	人参	茨城県	不検出	2月17日	
46	2/16	キャベツ	愛知県	不検出	2月17日	
47	2/16	給食丸ごと	—	不検出	2月16日	
48	2/16	牛乳	郡山市	不検出	2月16日	
49	2/17	じゃがいも	北海道	不検出	2月20日	
50	2/17	木綿豆腐	福島県	不検出	2月20日	
51	2/17	小松菜	福島県	不検出	2月20日	
52	2/17	給食丸ごと	—	不検出	2月17日	
53	2/20	人参	茨城県	不検出	2月21日	
54	2/20	玉ねぎ	北海道	不検出	2月21日	
55	2/20	デコボン	熊本県	不検出	2月21日	
56	2/20	給食丸ごと	—	不検出	2月20日	
57	2/21	白菜	茨城県	不検出	2月22日	
58	2/21	ごぼう	青森県	不検出	2月22日	
59	2/21	大根	愛知県	不検出	2月22日	
60	2/21	給食丸ごと	—	不検出	2月21日	
61	2/22	キャベツ	愛知県	不検出	2月24日	
62	2/22	セロリ	香川県	不検出	2月24日	
63	2/22	給食丸ごと	—	不検出	2月22日	
64	2/22	牛乳	郡山市	不検出	2月22日	
65	2/24	人参	茨城県	不検出	2月27日	
66	2/24	ねぎ	茨城県	不検出	2月27日	
67	2/24	大根	千葉県	不検出	2月27日	
68	2/24	給食丸ごと	—	不検出	2月24日	
69	2/27	玉ねぎ	北海道	不検出	2月28日	
70	2/27	水菜	茨城県	不検出	2月28日	
71	2/27	じゃがいも	北海道	不検出	2月28日	
72	2/27	給食丸ごと	—	不検出	2月27日	
73	2/28	ごぼう	青森県	不検出	3月1日	
74	2/28	人参	茨城県	不検出	3月1日	
75	2/28	じゃがいも	北海道	不検出	3月1日	
76	2/28	給食丸ごと	—	不検出	2月28日	

令和4年度2月 学校給食予定献立（2月1日～2月15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 水	麦ご飯 牛乳 豚丼の具 はるか ひじき入海藻サラダ 小松菜のみそ汁	牛乳 豚肉 ツナ 海藻ミックス わかめ しそひじき 豆腐 みそ 油揚げ	麦ごはん サラダ油 こんにゃく 焼きふ 砂糖	玉ねぎ 枝豆 にんにく 生姜 人参 きゅうり チンゲン菜 とうもろこし 大根 小松菜 はるか	エネルギー たんぱく質 脂質 食塩相当量	625 kcal 24.9 g 16.6 g 2.5 g
2 木	麦ご飯 牛乳 鶏肉のごまみそ焼き 五目豆 南蛮汁	牛乳 鶏肉 みそ 大豆 こんぶ さつま揚げ 豚肉 生揚げ	麦ごはん 砂糖 ごま サラダ油 こんにゃく ごま油	ごぼう 人参 干しいたけ 絹さや 大根 白菜 ねぎ 一味唐辛子	エネルギー たんぱく質 脂質 食塩相当量	646 kcal 27.3 g 21.3 g 2.3 g
3 金	節分献立 麦ご飯 牛乳 いわしのかりフライ 黒糖福豆 筑前煮 せんべい汁	牛乳 いわしのかりフライ 鶏肉 黒糖福豆	麦ごはん 揚げ油 里芋 こんにゃく サラダ油 砂糖 かやきせんべい	人参 たけのこ ごぼう れんこん 干しいたけ いんげん ねぎ 白菜 大根	エネルギー たんぱく質 脂質 食塩相当量	624 kcal 21.6 g 16.1 g 1.4 g
6 月	麦ご飯 牛乳 みそだれ肉団子 県産ブルーベリーゼリー うの花炒り にら玉汁	牛乳 肉だんご おから 鶏ひき肉 油揚げ さつま揚げ 豆腐 卵	麦ごはん こんにゃく サラダ油 砂糖 片栗粉 県産ブルーベリーゼリー	ごぼう 人参 ねぎ 白菜 干しいたけ 玉ねぎ たけのこ にら	エネルギー たんぱく質 脂質 食塩相当量	632 kcal 26.3 g 17.5 g 2.6 g
7 火	スライス丸パン 牛乳 タンドリーチキン ポテトサラダ クリームスープ	牛乳 鶏肉 ヨーグルト ハム ベーコン 生クリーム	スライス丸パン はちみつ じゃがいも マヨネーズ バター	生姜 にんにく 玉ねぎ 人参 きゅうり 白菜 マッシュルーム とうもろこし グリーンピース パセリ	エネルギー たんぱく質 脂質 食塩相当量	725 kcal 27.7 g 35.1 g 3.0 g
8 水	減塩メニューの日 麦ご飯 牛乳 肉じゃが さばの塩焼き ほうれん草のごま和え	牛乳 豚肉 さば	麦ごはん じゃがいも しらたき 油麩 サラダ油 砂糖 ごま ねりごま	玉ねぎ 人参 いんげん 干しいたけ もやし ほうれん草	エネルギー たんぱく質 脂質 食塩相当量	678 kcal 31.9 g 21.2 g 1.7 g
9 木	麦ご飯 牛乳 ユーリンチー カニカマ和え うずら入五目スープ	牛乳 鶏肉 かにかまぼ こ うずら卵 豆腐	麦ごはん 片栗粉 揚げ油 砂糖 ごま油 はちみつ	ねぎ にんにく 生姜 白菜 玉ねぎ チンゲン菜 人参 もやし きくらげ 干しいたけ	エネルギー たんぱく質 脂質 食塩相当量	679 kcal 25.3 g 24.1 g 2.1 g
10 金	★職員リクエスト献立★ ポークカレーライス 牛乳 ごぼうサラダ ヨーグルト	牛乳 ちくわ 豚肉 チーズ ヨーグルト	麦ごはん マヨネーズ ねりごま じゃがいも	ごぼう 人参 きゅうり とうもろこし 枝豆 にんにく 生姜 玉ねぎ グリーンピース	エネルギー たんぱく質 脂質 食塩相当量	775 kcal 24.4 g 26.6 g 2.4 g
13 月	麦ご飯 牛乳 おろしハンバーグ ほうれん草のツナ和え なめこのみそ汁	牛乳 豚ひき肉 鶏ひき肉 おから 卵 ツナ 豆腐 みそ	麦ごはん パン粉 砂糖 ごま じゃがいも	玉ねぎ 大根 ほうれん草 人参 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	644 kcal 28.1 g 19.1 g 2.5 g
14 火	バレンタイン献立 ツナトースト 牛乳 ハートメンチカツ ティラミス 豆のサラダ ポトフ	牛乳 ツナ チーズ メンチカツ ハム 大豆 鶏肉	牛乳 食パン マヨネーズ 揚げ油 砂糖 じゃがいも ティラミス	玉ねぎ とうもろこし パセリ キャベツ 人参 ブロッコリー いんげん	エネルギー たんぱく質 脂質 食塩相当量	736 kcal 29.2 g 34.2 g 3.0 g
15 水	ウェルかむランチ 麦ご飯 ぶりの竜田揚げ 切干大根のカレー炒め 冬の味覚スープ	牛乳 ぶり竜田揚げ さつま揚げ 豚肉	麦ごはん 揚げ油 サラダ油 砂糖	切干大根 人参 玉ねぎ 青ピーマン 大根 ねぎ 白菜 小松菜	エネルギー たんぱく質 脂質 食塩相当量	637 kcal 25.2 g 21.6 g 1.7 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。

※給食は、市の測定器で放射性物質検査を行い、安全を確認した後提供しています。検査結果は市のホームページに掲載しています。

令和4年度2月 学校給食予定献立（2月16日～2月28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		
16 木	麦ご飯 牛乳 鶏肉の七味焼き いちご 小松菜のおかかチーズサラダ さつまいものみそ汁	牛乳 鶏肉 チーズ かつお節 豆腐 油揚げ みそ	麦ごはん ごま 砂糖 こんにやく さつまいも	ねぎ にんにく 七味唐辛子 もやし 人参 小松菜 ごぼう ぶなしめじ いちご	エネルギー たんぱく質 脂質 食塩相当量	628 kcal 25.1 g 18.4 g 2.3 g
17 金	麦ご飯 牛乳 ショーロンポー チャブチェ 中華すいとん	牛乳 豚肉	麦ごはん ごま油 砂糖 はるさめ ごま 薄力粉	にんにく 生姜 人参 キャベツ たけのこ 干しいたけ 青ピーマン 白菜 テンゲン菜 ねぎ	エネルギー たんぱく質 脂質 食塩相当量	677 kcal 21.4 g 16.3 g 1.9 g
20 月	麦ご飯 牛乳 豚肉の生姜焼き ひじきの炒め煮 お麩のみそ汁	牛乳 豚ロース ひじき 鶏肉 油揚げ 大豆 豆腐 みそ	麦ごはん サラダ油 こんにやく 砂糖 じゃがいも 麩	生姜 にんにく 干しいたけ 人参 いんげん 小松菜	エネルギー たんぱく質 脂質 食塩相当量	642 kcal 28.4 g 20.4 g 2.5 g
21 火	きつねうどん 牛乳 手作りかきあげ デコボン	牛乳 鶏肉 なたと 油揚げ ちくわ 桜えび	ソフト麺 砂糖 天ぷら粉 揚げ油	小松菜 人参 ねぎ 干しいたけ 玉ねぎ とうもろこし ごぼう みずな デコボン	エネルギー たんぱく質 脂質 食塩相当量	640 kcal 18.4 g 22.8 g 2.3 g
22 水	麦ご飯 牛乳 鮭の利休揚げ 白菜のサラダ 豚汁	牛乳 鮭 かつお節 豚肉 豆腐 みそ	麦ごはん 砂糖 ごま 片栗粉 揚げ油 さといも こんにやく	小松菜 人参 白菜 ごぼう 大根 ねぎ	エネルギー たんぱく質 脂質 食塩相当量	625 kcal 26.9 g 16.4 g 2.3 g
23 木	天皇誕生日					
24 金	ハヤシライス 牛乳 ★チーズサラダ 豆乳タルト	牛乳 ハム チーズ ヨーグルト 豚肉	麦ごはん マヨネーズ 砂糖 バター じゃがいも 豆乳タルト	キャベツ 人参 きゅうり とうもろこし にんにく 玉ねぎ グリンピース トマト セロリ	エネルギー たんぱく質 脂質 食塩相当量	679 kcal 20.1 g 22.6 g 2.8 g
27 月	キムチチャーハン 牛乳 ツナサラダ トックスープ レモンソーダゼリー	牛乳 豚肉 ツナ 鶏肉 わかめ	ごはん サラダ油 砂糖 トック レモンソーダゼリー	にんにく 人参 たけのこ 干しいたけ 白菜キムチ 枝豆 ねぎ 玉ねぎ キャベツ とうもろこし 大根 もやし	エネルギー たんぱく質 脂質 食塩相当量	686 kcal 21.4 g 15.4 g 2.9 g
28 火	食パン 牛乳 鮭のマヨネーズ焼き いちごジャム 水菜のサラダ ビーフシチュー	牛乳 鮭 粉チーズ ツナ 牛肉	食パン いちごジャム マヨネーズ サラダ油 砂糖 バター じゃがいも	玉ねぎ パセリ 大根 人参 とうもろこし みずな にんにく セロリ グリンピース	エネルギー たんぱく質 脂質 食塩相当量	689 kcal 33.6 g 32.4 g 4.1 g
					一日あたり平均	
					エネルギー	667 kcal
					たんぱく質	25.6 g
					脂質	22 g
					食塩相当量	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。御了承ください。

※給食は、市の測定器で放射性物質検査を行い、安全を確認した後提供しています。検査結果は市のホームページに掲載しています。

※市では食育の一環として、子どもの頃からうす味の習慣がつかうように「減塩」に取り組んでいます。毎月、塩分の少ないメニューの日を「減塩メニューの日」としてお知らせしていきますので、御家庭での献立の参考にしてください。

免疫力を高める食事を

風邪をひかないためには、栄養バランスのよいものをしっかり食べることが大切です。風邪予防に効果的な栄養素としてたんぱく質、ビタミンA、ビタミンCなどがあります。毎日の食事に上手に取り入れて、かぜの季節を乗り切りましょう！



～朝ごはんを温まろう！～

寒い冬の朝は体温が下がっているため、温かい汁物や飲み物がおすすです。午前中が過ごしやすくなりますよ。



～給食メニュー

コンテスト～



1月に給食委員会が全校生に好きな給食のアンケートを行いました。

結果は・・・

- 1位 白河ラーメン
- 2位 あげパン
- 3位 からあげ
- 4位 マーボー豆腐
- 4位 チーズサラダ

2月、3月の給食で登場しますので、★マークのメニューを楽しみにしてくださいね！