

【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	10/4	給食丸ごと	—	不検出	10月4日	
2	10/4	長ねぎ	福島県	不検出	10月5日	
3	10/4	もやし	栃木県	不検出	10月5日	
4	10/4	鶏もも肉	青森県	不検出	10月5日	
5	10/5	給食丸ごと	—	不検出	10月5日	
6	10/5	キャベツ	千葉県	不検出	10月7日	
7	10/5	玉葱	北海道	不検出	10月7日	
8	10/5	じゃがいも	北海道	不検出	10月7日	
9	10/7	給食丸ごと	—	不検出	10月7日	
10	10/7	焼豚	福島県	不検出	10月8日	
11	10/7	大根	福島県	不検出	10月8日	
12	10/7	人参	北海道	不検出	10月8日	
13	10/8	給食丸ごと	—	不検出	10月8日	
14	10/8	もやし	栃木県	不検出	10月11日	
15	10/8	さばの塩焼き	宮城県	不検出	10月11日	
16	10/8	里芋	長崎県	不検出	10月11日	
17	10/11	給食丸ごと	—	不検出	10月11日	
18	10/11	しめじ	新潟県	不検出	10月12日	
19	10/11	きゅうり	福島県	不検出	10月12日	
20	10/11	ミニトマト	福島県	不検出	10月12日	
21	10/11	ベーコン	栃木県	不検出	10月12日	
22	10/12	給食丸ごと	—	不検出	10月12日	
23	10/12	キャベツ	栃木県	不検出	10月14日	
24	10/12	大根	福島県	不検出	10月14日	
25	10/12	じゃがいも	北海道	不検出	10月14日	
26	10/14	給食丸ごと	—	不検出	10月14日	
27	10/14	玉葱	北海道	不検出	10月15日	
28	10/14	人参	北海道	不検出	10月15日	
29	10/14	突きこんにゃく	白河市	不検出	10月15日	
30	10/15	給食丸ごと	—	不検出	10月15日	
31	10/15	長ねぎ	福島県	不検出	10月18日	
32	10/15	えのきだけ	新潟県	不検出	10月18日	
33	10/15	鶏もも肉	北海道	不検出	10月18日	

34	10/18	給食丸ごと	—	不検出	10月18日	
35	10/18	キャベツ	栃木県	不検出	10月19日	
36	10/18	もやし	栃木県	不検出	10月19日	
37	10/18	にら	茨城県	不検出	10月19日	
38	10/18	豚挽き肉	福島県	不検出	10月19日	
39	10/19	給食丸ごと	—	不検出	10月19日	
40	10/19	鶏むね肉	北海道	不検出	10月20日	
41	10/19	長ねぎ	福島県	不検出	10月20日	
42	10/19	鮭	チリ	不検出	10月20日	
43	10/20	給食丸ごと	—	不検出	10月20日	
44	10/20	玉葱	北海道	不検出	10月21日	
45	10/20	人参	北海道	不検出	10月21日	
46	10/20	絹ごし豆腐	白河市	不検出	10月21日	
47	10/21	給食丸ごと	—	不検出	10月21日	
48	10/21	大根	福島県	不検出	10月22日	
49	10/21	じゃがいも	北海道	不検出	10月22日	
50	10/21	バナナ	フィリピン	不検出	10月22日	
51	10/22	給食丸ごと	—	不検出	10月22日	
52	10/22	ピーマン	茨城県	不検出	10月26日	
53	10/22	きゅうり	福島県	不検出	10月26日	
54	10/22	豚もも肉	福島県	不検出	10月26日	
55	10/26	給食丸ごと	—	不検出	10月26日	
56	10/26	にら	茨城県	不検出	10月27日	
57	10/26	キャベツ	茨城県	不検出	10月27日	
58	10/26	長ねぎ	福島県	不検出	10月27日	
59	10/26	もやし	栃木県	不検出	10月27日	
60	10/27	給食丸ごと	—	不検出	10月27日	
61	10/27	セロリ	長野県	不検出	10月28日	
62	10/27	玉葱	北海道	不検出	10月28日	
63	10/27	じゃがいも	北海道	不検出	10月28日	
64	10/28	給食丸ごと	—	不検出	10月28日	
65	10/28	ロースハム	北海道	不検出	10月29日	
66	10/28	人参	北海道	不検出	10月29日	
67	10/28	白菜	福島県	不検出	10月29日	
68	10/28	木綿豆腐	白河市	不検出	10月29日	
69	10/29	給食丸ごと	—	不検出	10月29日	
70	10/29	長ねぎ	福島県	不検出	11月1日	
71	10/29	大根	福島県	不検出	11月1日	
72	10/29	鶏むね肉	青森県	不検出	11月1日	



こんだてひょう



今月の給食目標

《後かたづけをキチンとしよう》



令和3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		
1 金		全校生 お弁当の日								
4 月	納豆ご飯 あじフリッター わかし草とちりおひたし なめこのみそ汁	納豆 アジフリッター 木綿豆腐	牛乳 わかめ 煮干	精白米 精麦 じゃがいも	大豆油	ほうれんそう にんじん	もやし きゅうり なめこ	ねぎ	エネルギー たんぱく質 脂質 食塩相当量	583 kcal 21.8 g 16.8 g 1.5 g
5 火	きつねうどん 枝豆フリッター 小松菜とごぼうのおかかあえ	鶏肉 油揚げ 枝豆フリッター かつお節	牛乳 煮干	うどん(りつめん) 上白糖	大豆油 ごま	ごまつな にんじん	ねぎ ごぼう もやし		エネルギー たんぱく質 脂質 食塩相当量	624 kcal 27.7 g 19.8 g 1.4 g
6 水		全校生 お弁当の日								
7 木	コッペパン ささみチーズカツ 温野菜 コーンポタージュ	ささみチーズ のカツ	牛乳	コッペパン じゃがいも	大豆油	にんじん フロッコリー パセリ	キャベツ カリフラワー 玉葱 とうもろこし		エネルギー たんぱく質 脂質 食塩相当量	731 kcal 25.3 g 23.5 g 3 g
8 金	麦ご飯 イカメンチ わかし草と焼豚のあえもの 大根のみそ汁	イカメンチ 焼き豚 油揚げ	牛乳 煮干	精白米 精麦	大豆油 ごま	ほうれんそう にんじん	もやし だいこん ねぎ		エネルギー たんぱく質 脂質 食塩相当量	575 kcal 22.2 g 15 g 1.8 g
11 月	《減塩メニューの日》 麦ご飯 さばのねぎみそ焼き 五色和え のっぺい汁	さばのねぎみ そ焼き 焼き豚 たまご 鶏肉 油揚げ	牛乳 わかめ 煮干	精白米 精麦 三温糖 さといも かたくり粉	ごま ごま油	ほうれんそう にんじん	ねぎもやし 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	643 kcal 31.1 g 20 g 1.4 g
12 火	和風きのこスパゲティ ツナサラダ ミニトマト	ベーコン まぐろ缶詰	牛乳 のり	スパゲッ ティ	大豆油 有塩バター	にんじん ほうれんそう ミニトマト	玉葱 ほんしめじ 干し椎茸 マッシュルーム にんにく キャベツ きゅうり		エネルギー たんぱく質 脂質 食塩相当量	639 kcal 22.5 g 25.1 g 1.4 g
14 木	食パン ブルーベリージャム オムレツ 野菜サラダ マカロニスープ	ロースハム ベーコン	牛乳 わかめ	食パン マカロニ じゃがいも		にんじん フロッコ リー パセリ	ブルーベリー(ジャ ム) キャベツ だいこん 玉葱 とうもろこし(冷 凍)		エネルギー たんぱく質 脂質 食塩相当量	633 kcal 21.7 g 16 g 2.9 g
15 金	麦ご飯 のりたまふりかけ れんこんのきんぴら さつま芋のみそ汁	鶏肉 さつま揚げ 油揚げ	牛乳 わかめ 煮干	精白米 精麦 三温糖 さつまいも	ごま 大豆油	にんじん いんげん	れんこん 玉葱 こんにゃく		エネルギー たんぱく質 脂質 食塩相当量	595 kcal 21.2 g 16.2 g 1.7 g

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 月	麦ご飯 鶏の照り焼き 野菜のごま和え えのきのみそ汁	鶏肉	牛乳 煮干	精白米 精麦 三温糖 じゃがいも	大豆油 ごま	ほうれんそ う にんじん ごまつな	しょうが もやし キャベツ えのきだけ ねぎ	エネルギー たんぱく質 脂質 食塩相当量	564 kcal 25.2 g 13.8 g 1.8 g	
19 火	みそラーメン しゅうまい ナムル	豚肉	牛乳	中華めん(ワ トメ) 三温糖	ごま ごま油	にんじん ら ほうれんそ う 青ピーマン	しょうが もやし キャベツ 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	625 kcal 28 g 18.5 g 1.9 g
20 水	麦ご飯 鮭の塩焼き 大豆とひじきの煮物 豆腐のみそ汁	ハにざけ 大豆 鶏肉 さつま揚げ 木綿豆腐	牛乳 ひじき わかめ 煮干	精白米 精麦	大豆油	にんじん いんげん ほうれんそ う	ごぼう こんにゃく	ねぎ	エネルギー たんぱく質 脂質 食塩相当量	637 kcal 33.5 g 18.5 g 1.9 g
21 木	コッペパン 手作りミートグラタン しゃきしゃきサラダ 中華スープ	豚肉 ベーコン 絹ごし豆腐	牛乳 チーズ ペシャメ ルルウ	コッペパン マカロニ じゃがいも 三温糖	有塩バター なたね油	パセリ にんじん ほうれんそ う	玉葱 とうもろこし マッシュルーム キャベツ れんこん だいこん 干し椎茸		エネルギー たんぱく質 脂質 食塩相当量	814 kcal 30.1 g 29.2 g 3.2 g
22 金	チキンカレー 和風サラダ フルーツヨーグルト	鶏肉	牛乳 ヨーグル ト	精白米 精麦 じゃがいも 甘みあっさり りみかん 甘みあっさり りパイ	なたね油 有塩バター	にんじん	玉葱 にんにく キャベツ きゅうり だいこん とうもろこし バナナ		エネルギー たんぱく質 脂質 食塩相当量	780 kcal 25.5 g 24.6 g 4.1 g
26 火	焼きそば フロッコリーサラダ ーロイデゼリー	豚肉	牛乳	焼きそばめ ん	大豆油 フレンチド レッシング	にんじん 青ピーマン フロッコ リー	もやし キャベツ 干し椎茸 きゅうり とうもろこし	玉葱	エネルギー たんぱく質 脂質 食塩相当量	793 kcal 30.4 g 21.6 g 2.7 g
27 水	麦ご飯 ふれあい餃子 春雨サラダ 麻婆豆腐	ロースハム 豚ひき肉 木綿豆腐	牛乳	精白米 精麦 はるさめ 三温糖 上白糖 かたくり粉	ごま油 大豆油 ごま	にんじん ら	もやし キャベツ きゅうり しょうが 干し椎茸 だけのこ	ねぎ	エネルギー たんぱく質 脂質 食塩相当量	697 kcal 29.7 g 22.2 g 2.3 g
28 木	ハロウィンメニュー 黒糖パン たれ付肉団子 フレンチサラダ ミネストローネ かぼちゃプリン	たれ付肉団子 ロースハム 大豆 ベーコン	牛乳	黒糖パン じゃがいも マカロニ	フレンチド レッシング 有塩バター	フロッコ リー にんじん トマト缶詰 パセリ	キャベツ きゅうり セロリー にんにく	玉葱	エネルギー たんぱく質 脂質 食塩相当量	667 kcal 22.4 g 22.8 g 2.8 g
29 金	麦ご飯 きのご信田(外付) わかめとハムのあえもの もずく入りみそ汁	ロースハム 木綿豆腐	牛乳 わかめ もずく 煮干	精白米 精麦 じゃがいも	ごま油	にんじん フロッコ リー	キャベツ はくさい ねぎ		エネルギー たんぱく質 脂質 食塩相当量	579 kcal 21.3 g 15.9 g 2.4 g
《減塩のポイント》 美味しく減塩するコツの1つに、「酸味や香り、香辛料を利かせる」という方法があります。レモンなど で酸味をきかせたり、香味野菜や香辛料で味にアクセントをつけることで薄味でも美味しく食べられ ます。 11日の「さばのねぎみそ焼き」は、みそにネギとごまを加えることで風味が増し、少ない量のみそで も美味しく食べられます。							10月の児童(8~9歳) 栄養価平均		エネルギー たんぱく質 脂質 食塩相当量	658 kcal 25.9 g 20.0 g 2.2 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)