

# [東中学校]



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	12/2	給食丸ごと	—	不検出	12月2日	
2	12/2	ライトツナフレークR	タイ	不検出	12月7日	
3	12/2	浅漬けの素 エバラ	岡山県	不検出	12月8日	
4	12/2	キャベツ	千葉県	不検出	12月7日	
5	12/2	ほっけ(塩なし)切り身	郡山市	不検出	12月10日	
6	12/3	給食丸ごと	—	不検出	12月3日	
7	12/3	きゅうり	宮崎県	不検出	12月7日	
8	12/3	もやし	本宮市	不検出	12月9日	
9	12/3	枝豆とジャコの元気ボール	石川県	不検出	12月8日	
10	12/6	給食丸ごと	—	不検出	12月6日	
11	12/6	白ご飯	白河市	不検出	12月6日	
12	12/6	ごぼう	青森県	不検出	12月9日	
13	12/6	豚モモ	福島県	不検出	12月9日	
14	12/6	りんご	白河市東	不検出	12月8日	
15	12/6	りんご	白河市東	不検出	12月8日	
16	12/7	給食丸ごと	—	不検出	12月7日	
17	12/7	つきこんにゃく	石川町	不検出	12月10日	
18	12/7	味付メンマ	青森県	不検出	12月9日	
19	12/8	給食丸ごと	—	不検出	12月8日	
20	12/8	キャベツ	茨城県	不検出	12月10日	
21	12/8	鉄腕豚肉シュウマイ	福岡県	不検出	12月9日	
22	12/9	給食丸ごと	—	不検出	12月9日	
23	12/9	オレンジ	アメリカ	不検出	12月11日	
24	12/9	すき昆布	岩手県	不検出	12月15日	
25	12/9	サクサリのメンチカツ	北海道	不検出	12月15日	
26	12/10	給食丸ごと	—	不検出	12月10日	
27	12/10	バナナ	フィリピン	不検出	12月14日	
28	12/11	給食丸ごと	—	不検出	12月11日	
29	12/11	牛乳	郡山市	不検出	12月14日	
30	12/11	味付き玉子	秋田県	不検出	12月16日	

31	12/14	給食丸ごと	—	不検出	12月14日	
32	12/14	糸こんにゃく	石川町	不検出	12月15日	
33	12/14	絹豆腐	白河市表郷	不検出	12月15日	
34	12/14	赤魚切身	郡山市	不検出	12月17日	
35	12/15	給食丸ごと	—	不検出	12月15日	
36	12/15	白ご飯	白河市	不検出	12月15日	
37	12/15	もやし	本宮市	不検出	12月16日	
38	12/15	きゅうり	福島県	不検出	12月20日	
39	12/15	完熟カットトマト	イタリア	不検出	12月22日	
40	12/16	給食丸ごと	—	不検出	12月16日	
41	12/16	ごぼう	青森県	不検出	12月17日	
42	12/16	豚ヒキ	福島県	不検出	12月20日	
43	12/16	中華くらげ	神奈川県	不検出	12月20日	
44	12/17	給食丸ごと	—	不検出	12月17日	
45	12/17	キャベツ	千葉県	不検出	12月20日	
46	12/17	ニラ	茨城県	不検出	12月20日	
47	12/17	ウィンナー	群馬県	不検出	12月21日	
48	12/20	給食丸ごと	—	不検出	12月20日	
49	12/20	白ご飯	白河市	不検出	12月20日	
50	12/20	みかん(S)	佐賀県	不検出	12月21日	
51	12/20	生なめこ	郡山市	不検出	12月24日	
52	12/20	カリッとチキン	郡山市	不検出	12月23日	
53	12/21	給食丸ごと	—	不検出	12月21日	
54	12/21	青ピーマン	茨城県	不検出	12月23日	
55	12/21	有塩バター	北海道	不検出	12月23日	
56	12/21	豚モモ小間	福島県	不検出	12月24日	
57	12/22	給食丸ごと	—	不検出	12月22日	
58	12/23	給食丸ごと	—	不検出	12月23日	
59	12/23	きゅうり	宮崎県	不検出	12月24日	
60	12/23	ゆず	高知県	不検出	12月24日	
61	12/24	給食丸ごと	—	不検出	12月24日	



# 12月 給食予定献立表

令和3年度

白河市立東中学校

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	たんぱく質	脂質	食塩 相当量			
1	水	<b>自作弁当の日</b>											
2	木	五目うどん 牛乳 さつま芋のかきあげ 大根と青大豆のサラダ	鶏肉 油揚げ なると カニかまフレーク 青大豆	牛乳 塩えび わかめ	にんじん こまつな	ごぼう ねぎ 干しいたけ 玉ねぎ だいこん きゅうり	ソフトめん さつまいも 小麦粉	米油	卵	(kcal) 813	(g) 32.1	(g) 16.2	(g) 3.6
3	金	ごはん 牛乳 手作りおろしハンバーグ 小松菜のごまあえ 里芋と油揚げのみそ汁	豚肉 卵 油揚げ	牛乳 煮干し	にんじん こまつな	玉ねぎ だいこん もやし ねぎ 干しいたけ はくさい	ごはん パン粉 さとう かたくり粉 里いも	米油 ごま	豆 類	785	30.0	22.4	3.2
6	月	ごはん 牛乳 さばのみそ煮 ひじきの炒め煮 かぶのみそ汁	鶏肉 大豆 豆腐 さばのみそ煮	牛乳 ひじき 煮干し	にんじん いんげん こまつな	ごぼう かぶ ねぎ こんにゃく	ごはん さとう	米油	乳 製 品	741	27.1	21.6	3.3
7	火	ジャンバラヤ 牛乳 切り干し大根サラダ わかめスープ ミニエクレア	ウィンナー ツナフレーク	牛乳 わかめ	赤ピーマン 黄ピーマン トマト にんじん	玉ねぎ ねぎ グリーンピース 切り干しだいこん キャベツ きゅうり えのきだけ	ごはん じゃがいも ミニエクレア	バター 米油 ごま油 ごま	魚	734	19.5	26.1	2.8
8	水	<b>&lt;せんいたっぷり献立&gt;</b> ごはん 牛乳 納豆 おかかあえ おでん りんご	納豆 鶏肉 かつお節 さつま揚げ うずら卵 かんもどき	牛乳 昆布	にんじん ほうれん草	キャベツ だいこん こんにゃく りんご	ごはん さとう		海 藻 類	812	34.1	20.8	5.1
9	木	みそラーメン 牛乳 キョウザ ごぼう甘辛だれ	豚肉 キョウザ	牛乳	にんじん こまつな	キャベツ ねぎ もやし メンマ ごぼう	中華めん 小麦粉 水あめ さとう	米油 ごま油 ごま	卵	795	31.4	17.1	2.6
10	金	ごはん 牛乳 ほっけの塩焼き 豚肉とヤーコンの炒め物 じゃがいものみそ汁	ほっけ 豚肉 油揚げ	牛乳 わかめ 煮干し	にんじん	玉ねぎ えのきだけ こんにゃく ヤーコン	ごはん さとう じゃがいも	米油	乳 製 品	710	29.7	17.3	3.0
11	土	チキンカレーライス(麦ごはん) 牛乳 ひじきとツナあえもの オレンジ	鶏肉 ツナフレーク	牛乳 ひじき	にんじん パセリ ブロッコリー	玉ねぎ りんご キャベツ オレンジ	麦ごはん じゃがいも ノンエッグマヨネーズ	米油 ノンエッグマヨネーズ	豆 類	878	24.5	22.9	3.3
13	月	<b>繰替休業日</b>											
14	火	フレンチトースト 牛乳 ブロッコリーサラダ 肉だんご入り野菜スープ バナナ	卵 肉だんご	牛乳	ブロッコリー にんじん	キャベツ 玉ねぎ 干しいたけ グリーンピース バナナ	食パン さとう じゃがいも	米油	魚	825	30.1	24.2	2.1
15	水	切り昆布ごはん 牛乳 メンチカツ 白菜の浅漬け 大根のみそ汁	油揚げ 豆腐 メンチカツ	牛乳 昆布 煮干し	にんじん	グリーンピース きゅうり ねぎ はくさい しめじ だいこん こんにゃく	ごはん さとう	米油 ごま油 ごま	乳 製 品	714	23.1	20.2	3.6
16	木	タンメン 牛乳 煮たまご ナムル	豚肉 煮たまご いか	牛乳	にんじん にら	もやし キャベツ 干しいたけ メンマ ねぎ だいこん	中華めん	米油 ごま油	果 物	744	34.1	19.1	3.0
17	金	ごはん 牛乳 赤魚の薬味焼き ほうれん草のおひたし 豚汁	赤魚 豚肉 豆腐	牛乳	ほうれん草 にんじん	ねぎ もやし だいこん ごぼう こんにゃく	ごはん さとう 里いも	米油 ごま油	海 藻 類	702	28.5	17.7	2.6
20	月	ごはん 牛乳 エビ・カニ入りシュウマイ 中華サラダ マーボー豆腐	豚肉 豆腐 くらげ シュウマイ	牛乳	にんじん にら	キャベツ ねぎ きゅうり だけのこ 干しいたけ	ごはん マロニー さとう かたくり粉	ごま ごま油	果 物	851	27.8	26.3	3.1
21	火	<b>&lt;冬至献立&gt;</b> 黒糖パン 牛乳 スペイン風オムレツ かぼちゃサラダ マカロニスープ みかん	ハム ウィンナー オムレツ	牛乳	かぼちゃ にんじん	きゅうり コーン 玉ねぎ グリーンピース みかん	黒糖パン マカロニ	ノンエッグマヨネーズ	卵	817	26.6	20.4	2.6
22	水	<b>3年生バイキング給食のため ※1~2年生 お弁当持参の日</b>											
23	木	<b>&lt;クリスマス献立&gt;</b> スバゲティミートソース 牛乳 カリッとチキン 雷ん子サラダ クリスマスケーキ	豚肉 鶏肉 カリッとチキン	牛乳 チーズ	にんじん ピーマン トマト ブロッコリー	玉ねぎ キャベツ	スバゲティ クリスマスケーキ	バター 米油	魚	756	35.3	25.9	3.4
24	金	<b>&lt;かみかみ献立&gt;</b> 豚丼 牛乳 白菜のゆずサラダ なめこのみそ汁 かみかみデザート(大豆)	豚肉 油揚げ 豆腐 大豆	牛乳 煮干し	にんじん	玉ねぎ はくさい グリーンピース だいこん ねぎ ゆず なめこ こんにゃく きゅうり	ごはん さとう じゃがいも	米油 ごま油	乳 製 品	769	28.9	22.7	3.1

計16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。



楽しい冬休み  
「早寝・早起き・朝ごはん」で  
生活リズムを整えましょう！

**<中学生学校給食摂取基準>**

<中学生学校給食摂取基準>				<12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
820kcal	26.9~41.5g	18.4~27.6g	2.5g未満	778kcal	28.9g	21.3g	3.2g

