

【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	7/2	豚もも肉	福島県	不検出	7月4日	
2	7/2	ベーコン	高崎市	不検出	7月4日	
3	7/2	木綿豆腐	白河市	不検出	7月4日	
4	7/2	板こんにゃく	石川町	不検出	7月2日	
5	7/2	給食丸ごと	—	不検出	7月2日	
6	7/3	人参	千葉県	不検出	7月5日	
7	7/3	もやし	郡山市	不検出	7月5日	
8	7/3	サケ	ロシア	不検出	7月4日	
9	7/3	給食丸ごと	—	不検出	7月3日	
10	7/4	鶏もも肉	岩手県	不検出	7月6日	
11	7/4	青ピーマン	岩手県	不検出	7月6日	
12	7/4	星のコロッケ	北海道	不検出	7月6日	
13	7/4	給食丸ごと	—	不検出	7月4日	
14	7/5	つきこんにゃく	石川町	不検出	7月9日	
15	7/5	レンコン	熊本県	不検出	7月9日	
16	7/5	ごぼう	群馬県	不検出	7月9日	
17	7/5	むきエビ	ミャンマー	不検出	7月6日	
18	7/5	給食丸ごと	—	不検出	7月5日	
19	7/6	人参	千葉県	不検出	7月11日	
20	7/6	油揚げ	郡山市	不検出	7月11日	
21	7/6	給食丸ごと	—	不検出	7月6日	
22	7/9	豚もも肉	福島県	不検出	7月11日	
23	7/9	長ねぎ	茨城県	不検出	7月12日	
24	7/9	かのこいか	ペルー	不検出	7月11日	
25	7/9	給食丸ごと	—	不検出	7月9日	
26	7/11	鶏もも肉	岩手県	不検出	7月12日	
27	7/11	肉だんご	東京都	不検出	7月12日	
28	7/11	給食丸ごと	—	不検出	7月11日	
29	7/12	給食丸ごと	—	不検出	7月12日	
30	7/13	給食丸ごと	—	不検出	7月13日	



給食よていこんだてひょう



平成30年 7月

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 	タンパク質 	脂質 	食塩 
2	月	ごはん のりつくだに 牛乳 豚肉のこらみ焼き きゅうりのうめボンあえ じゃがいものみそ汁	豚肉 牛乳 油揚げ みそ 糸かつお わかめ のり	こまつな おろししょうが おろしにんにく きゅうり だいこん ねぎ もやし	ごはん ごま油 じゃがいも	くだもの	(kcal) 579	(g) 22.6	(g) 18.3	(g) 2.0
3	火	ごはん 牛乳 ホイコーロー 野菜春巻き 中華コーンスープ	豚肉 牛乳 春巻き とり肉 卵 とうふ	にんじん ピーマン キャベツ ねぎ おろししょうが おろしにんにく ほうれん草 ねぎ ほししいたけ コーン	ごはん さとう ごま油 かたくりこ	かいそう	675	26.0	21.9	2.5
4	水	<えらんで食べる給食-主菜-> ごはん 牛乳 鮭のみそマヨ焼きorとり肉のみそマヨ焼き ビーフン炒め けんちん汁	鮭 とり肉 牛乳 みそ ベーコン 豚肉 豆腐	キャベツ こまつな だいこん にんじん ねぎ ほうれん草 ほししいたけ	ごはん マヨネーズ 白すりごま ビーフン こめ油 さとう ごま油 さとも 板こんにゃく	きのこ	642	27.4	23.7	2.6
5	木	タンメン 牛乳 ギョウザ アスパラサラダ	豚肉 牛乳 ギョウザ	おろししょうが おろしにんにく にんじん もやし キャベツ コーン 味付けメンマ きくらげ きゅうり アスパラガス	ちゅうかめん こめ油 ごま油 マヨネーズ	さかな	633	24.3	19.3	2.1
6	金	<セタこんだて・5年生バイキング給食> エビピラフ 牛乳 星のコロッケ チーズサラダ ぎんがスープ セタゼリー	むきえび 牛乳 チーズ ミートボール	にんじん 玉ねぎ ピーマン きゅうり キャベツ コーン ぶなしめじ	ごはん バター オリーブ油 こめ油 星のコロッケ さとう 星のふ マロニー	まめるい	689	25.9	19.5	3.2
9	月	ごはん 牛乳 いわしのフライ いんげんのごまあえ こんさい汁 メロンゼリー	いわし 牛乳 豚肉 みそ	さやいんげん キャベツ にんじん だいこん ごぼう れんこん ねぎ	ごはん こめ油 白すりごま さとう つきこんにゃく	やさい	688	22.2	21.1	1.4
10	火	お弁当の日								
11	水	<かみかみこんだて> 紫黒米ごはん 牛乳 イカのなんばん漬け 五目きんぴら 青菜と油揚げのみそ汁	イカ 牛乳 豚肉 油揚げ みそ	ごぼう にんじん さやいんげん ほししいたけ たけのこ こまつな	紫黒米ごはん さとう こめ油 かたくりこ つきこんにゃく 白いりごま じゃがいも	にゅうせいひん	626	25.0	16.4	2.2
12	木	わかめうどん 牛乳 もち米肉団子 野菜のゆかり漬け	わかめ とり肉 油揚げ なると 牛乳 肉団子	ごぼう ほししいたけ にんじん ねぎ きゅうり キャベツ ゆかり	ソフトめん	くだもの	639	28.1	17.1	3.9
13	金	夏野菜カレーライス 牛乳 海そうサラダ すいか	豚肉 牛乳 海そう	玉ねぎ にんじん スッキーニ なす すいか トマト すりおろしりんご おろししょうが かぼちゃ おろしにんにく きゅうり キャベツ コーン	ごはん こめ油 ごま油 さとう	さかな	680	19.3	19.1	2.4

計10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。

※ 7月16日（月）から8月31日（金）まで、調理室改築のためお弁当持参となります。よろしくお願いします。



★7月の行事食★

7月 4日（水） えらんで食べる主菜
6日（金） セタこんだて
6日（金） 5年生バイキング給食
11日（水） かみかみこんだて

<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。

エネルギー	たんぱく質	脂質	塩分
640Kcal	24.0g	18.0g	2.5g未満

<当月平均量>

エネルギー	たんぱく質	脂質	塩分
654Kcal	24.3g	19.8g	2.5g

夏野菜を食べましょう!

夏に採れる野菜には、トマト、かぼちゃ、ゴーヤ、きゅうり、オクラ、なす、ピーマン、とうもろこし、いんげんなどがあります。これを「夏野菜」といいます。太陽の光をたっぷり浴びて育った野菜は栄養たっぷりです。疲れた体を元気にしたり、お腹の調子を整える働きがあります。

<食中毒に気をつけよう>

○菌をつけない
手には、菌のほかにも、ほこりや汗などの汚れがたくさんついています。

○菌をふやさない
室内の温度では、菌が増えやすいので、買った食材は冷蔵庫に入れましょう。

○菌をやっつける
食材の中心温度が90度以上になってから90秒以上加熱します。

