

【表郷中学校】



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	12/3	卵	中島村	不検出	12月6日	
2	12/3	人参	白河市	不検出	12月6日	
3	12/3	小松菜	白河市表郷	不検出	12月6日	
4	12/3	給食丸ごと	—	不検出	12月3日	
5	12/4	ねぎ	白河市表郷	不検出	12月7日	
6	12/4	白菜	白河市表郷	不検出	12月7日	
7	12/4	じゃがいも	白河市表郷	不検出	12月7日	
8	12/4	給食丸ごと	—	不検出	12月4日	
9	12/6	糸こんにゃく	群馬県	不検出	12月10日	
10	12/6	豚モモ	福島県	不検出	12月10日	
11	12/6	玉ねぎ	北海道	不検出	12月10日	
12	12/6	給食丸ごと	—	不検出	12月6日	
13	12/7	キャベツ	千葉県	不検出	12月11日	
14	12/7	人参	白河市	不検出	12月11日	
15	12/7	白菜	白河市表郷	不検出	12月11日	
16	12/7	給食丸ごと	—	不検出	12月7日	
17	12/10	鶏モモ	岩手県	不検出	12月12日	
18	12/10	ごぼう	白河市表郷	不検出	12月12日	
19	12/10	りんご	白河市	不検出	12月12日	
20	12/10	給食丸ごと	—	不検出	12月10日	
21	12/11	じゃがいも	白河市表郷	不検出	12月13日	
22	12/11	セロリー	静岡県	不検出	12月13日	
23	12/11	給食丸ごと	—	不検出	12月11日	
24	12/12	しめじ	福島県	不検出	12月14日	
25	12/12	大根	白河市表郷	不検出	12月14日	
26	12/12	ねぎ	白河市表郷	不検出	12月14日	
27	12/12	給食丸ごと	—	不検出	12月12日	
28	12/13	人参	白河市	不検出	12月17日	
29	12/13	洗い里いも	福島県	不検出	12月17日	
30	12/13	木綿豆腐	白河市表郷	不検出	12月17日	

31	12/13	給食丸ごと	—	不検出	12月13日	
32	12/14	えのき茸	福島県	不検出	12月18日	
33	12/14	もやし	福島県	不検出	12月18日	
34	12/14	板こんにゃく	茨城県	不検出	12月18日	
35	12/14	給食丸ごと	—	不検出	12月14日	
36	12/17	卵	中島村	不検出	12月19日	
37	12/17	水菜	白河市表郷	不検出	12月19日	
38	12/17	小松菜	茨城県	不検出	12月19日	
39	12/17	給食丸ごと	—	不検出	12月17日	
40	12/18	キャベツ	千葉県	不検出	12月20日	
41	12/18	玉ねぎ	北海道	不検出	12月20日	
42	12/18	ゆず	矢祭町	不検出	12月20日	
43	12/18	給食丸ごと	—	不検出	12月18日	
44	12/19	人参	千葉県	不検出	12月21日	
45	12/19	ピーマン	茨城県	不検出	12月21日	
46	12/19	給食丸ごと	—	不検出	12月19日	
47	12/20	給食丸ごと	—	不検出	12月20日	
48	12/21	給食丸ごと	—	不検出	12月21日	



平成30年 12月 の献立予定表

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		エネルギー タンパク質 脂質 食塩相当量
3月	三色ごはん 牛乳 ごぼうサラダ 玉葱のみそ汁 りんご	鶏肉 豆腐 みそ ツナ たまご	牛乳 わかめ	精白米 おおむぎ 三温糖	ごま マヨネーズ	にんじん	グリーンピース キャベツ きゅうり ごぼう 玉葱 だいこん りんご	805 kcal 29.1g 26.3g 2.9g
4火	焼きそば 牛乳 減量パン 海鮮焼売 五色あえ	豚肉 ハム たまご かに えび ほたて	牛乳 青のり	焼きそば 減量パン 三温糖 小麦粉	なたね油 ごま油 ごま	にんじん ほうれんそう	キャベツ 玉葱 もやし だいこん	839 kcal 33.2g 20.3g 6.2g
5水	授業参観のため お弁当持参日です。							
6木	きな粉揚げパン 牛乳 れんこん入り肉だんご もやしのラー油あえ 中華スープ	鶏肉 きな粉 豆腐 たまご	牛乳 スキムミルク	コッパン 上白糖 グラニュー糖 はるさめ パン粉	なたね油 ごま油	にら にんじん ごまつな	もやし きくらげ 玉葱 れんこん 大根	800 kcal 31.2g 28.6g 3.4g
7金	麦ごはん 牛乳 さんまおろし煮 うの花炒り煮 舞茸のみそ汁	さんま さつま揚げ 鶏肉 おから みそ	牛乳	精白米 おおむぎ こんにゃく 三温糖 じゃがいも 麩	なたね油	にんじん	干し椎茸 ごぼう ねぎ まいたけ はくさい 大根	751 kcal 27.5g 19.7g 2.9g
10月	豚丼 牛乳 切り干し大根のサラダ 蓮花湯(れんふぁたん) みかん	豚肉 ハム たまご	牛乳 わかめ	精白米 おおむぎ 三温糖 こんにゃく かたくり粉 マロニー	なたね油 ごま油 ごま	にんじん ごまつな	干し椎茸 玉葱 グリーンピース 切り干しだいこん キャベツ きゅうり みかん	735 kcal 27.9g 17.2g 3.2g
11火	タンメン 牛乳 いかの変わりあえ 中華ポテト	鶏肉 あさり なるとうか	牛乳 わかめ	中華めん きつまず 水あめ はちみつ	なたね油 ごま油	にんじん ごまつな	もやし はくさい メンマ きくらげ 玉葱 キャベツ	815 kcal 31.1g 20.8g 5.7g
12水	納豆ごはん 牛乳 五目きんぴら 芋だんご汁 りんご	納豆 さつま揚げ 鶏肉	牛乳	精白米 おおむぎ こんにゃく 三温糖 じゃがいも	なたね油	にんじん いんげん	ごぼう 干し椎茸 はくさい まいたけ ねぎ りんご	786 kcal 28.2g 18.2g 3g
13木	黒糖コッパン 牛乳 ツナオムレツ グリーンサラダ ミネストローネ	ベーコン たまご ツナ	牛乳 チーズ	コッパン 黒砂糖 マカロニ じゃがいも	オリーブ油 バター マヨネーズ	ブロッコリー にんじん トマト パセリ	キャベツ 玉葱 きゅうり コーン セロリー マッシュルーム	726 kcal 32.8g 18.6g 2.8g
14金	【おにぎり持参日】 牛乳 鶏肉のごまみそあえ 磯あえ 大根と油揚げのみそ汁	鶏肉 みそ 油揚げ	牛乳 のり	かたくり粉 こんにゃく 三温糖 じゃがいも	なたね油 ごま	ほうれんそう にんじん	キャベツ だいこん ねぎ しめじ	732 kcal 28.2g 19.8g 2.9g
17月	麦ごはん 牛乳 ハンバーグおろしソース スバグティサラダ もやしのみそ汁	豚肉 鶏肉 豆腐 みそ	牛乳 わかめ 昆布	精白米 おおむぎ スバグティ 上白糖 さといも	ごま なたね油 ごま油	にんじん ブロッコリー ごまつな	だいこん キャベツ きゅうり コーン もやし しめじ えのきだけ	759 kcal 28.7g 22g 3g
18火	麦ごはん 牛乳 さばの三味焼き おひたし 豚汁	さば みそかつ お節 豚肉 豆腐	牛乳	精白米 おおむぎ 三温糖 さといも こんにゃく	ごま	ほうれんそう にんじん	ねぎ もやし えのきだけ ごぼう だいこん	726 kcal 32.8g 18.6g 2.8g
19水	わかめごはん 牛乳 鶏肉のから揚げ 水菜のサラダ かきたま汁	鶏肉 豆腐 かに風味かまぼこ たまご	牛乳 わかめ	精白米 おおむぎ かたくり粉 三温糖 じゃがいも	なたね油	みず菜 にんじん ごまつな	キャベツ きゅうり	732 kcal 28.2g 19.8g 2.9g
20木	【冬至献立】 食パン 牛乳 マーシャルピーンズ(大豆チョコペースト) かぼちゃチーズ焼き 大根ゆずサラダ コンソメスープ	ベーコン ウィンナー 大豆	牛乳 チーズ	食パン チョコレート	なたね油	ブロッコリー にんじん ごまつな かぼちゃ	しめじ 玉葱 コーン だいこん 枝豆 キャベツ ゆず	811 kcal 28.1g 32.1g 3.2g
21金	【クリスマスセレクト献立】 キーマカレーライス 牛乳 コーンサラダ セレクトデザート(ストロベリーケーキ・チョコ レートケーキ・ハニラアイスクリーム)	鶏肉 大豆 ツナ	牛乳	精白米 おおむぎ 上白糖 ストロベリーケーキ チョコレートケーキ ハニラアイスクリーム	なたね油	にんじん ピーマン	玉葱 干しぶどう コーン きゅうり キャベツ りんご トマト	955 kcal 29.7g 30.6g 3.1g

*食材の都合により、献立を変更することもありますのでご了承ください。

*「食品放射能測定システム」について

白河市では、学校給食の食材に含まれる放射性物質を測定するため「食品放射能測定システム」を導入し食材の検査を行っています。本校でも給食で使用する食材を検査しています。25ベクレル/kgを超える放射性セシウムが検出された食材は給食に使用しません。安心で安全な給食の提供に努めて参りますのでご理解とご協力をお願いいたします。

年越しに食べるものは？



年越しそばは江戸時代ごろから食べられていました。由来については下記のように諸説あります。
 ①そばの実が三角形なので邪気をはらうため。
 ②そばは細くて長いので長寿になるようにという願いを込めて。
 ③細工師が金粉を集めるのにそば粉を使うため、金を集めるの意味。
 また、地域によっては年越しにうどんを食べたり、年取り魚(さけやぶりなど)を食べたりする風習があります。



みかん

手軽にビタミンC補給！

1個当たり約30mgのビタミンC量が含まれていて、1日に2〜3個食べれば必要なビタミンC量をとれます。手で皮をむくだけで簡単に食べられ、ビタミンCが豊富なみかん。今が旬なので、おいしいみかんをたくさん食べましょう。