

【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	12/3	糸こんにゃく	福島県	不検出	12月4日	
2	12/3	人参	白河市東	不検出	12月4日	
3	12/3	給食丸ごと	—	不検出	12月3日	
4	12/4	もやし	福島県	不検出	12月5日	
5	12/4	キャベツ	白河市東	不検出	12月5日	
6	12/4	白ごはん	白河市	不検出	12月4日	
7	12/4	給食丸ごと	—	不検出	12月4日	
8	12/5	木綿豆腐	福島県	不検出	12月6日	
9	12/5	大根	白河市東	不検出	12月6日	
10	12/5	白菜	白河市東	不検出	12月6日	
11	12/5	給食丸ごと	—	不検出	12月5日	
12	12/6	生揚げ	福島県	不検出	12月7日	
13	12/6	ピーマン	茨城県	不検出	12月7日	
14	12/6	じゃがいも	白河市東	不検出	12月7日	
15	12/6	給食丸ごと	—	不検出	12月6日	
16	12/7	玉ねぎ	北海道	不検出	12月10日	
17	12/7	給食丸ごと	—	不検出	12月7日	
18	12/10	ねぎ	白河市東	不検出	12月13日	
19	12/10	りんご	白河市東	不検出	12月12日	
20	12/10	白ごはん	白河市	不検出	12月10日	
21	12/10	給食丸ごと	—	不検出	12月10日	
22	12/11	きゅうり	宮城県	不検出	12月12日	
23	12/11	りんご	白河市東	不検出	12月13日	
24	12/11	りんご	白河市東	不検出	12月13日	
25	12/11	りんご	白河市東	不検出	12月13日	
26	12/11	給食丸ごと	—	不検出	12月11日	
27	12/12	にら	福島県	不検出	12月12日	
28	12/12	白花豆コロッケ	静岡県	不検出	12月17日	
29	12/12	給食丸ごと	—	不検出	12月12日	
30	12/13	鮭切身	ロシア	不検出	12月14日	
31	12/13	いんげん	北海道	不検出	12月14日	
32	12/13	給食丸ごと	—	不検出	12月13日	

33	12/14	板こんにゃく	福島県	不検出	12月15日	
34	12/14	焼きちくわ	福島県	不検出	12月15日	
35	12/14	給食丸ごと	—	不検出	12月14日	
36	12/15	給食丸ごと	—	不検出	12月15日	
37	12/17	国産さばの味噌煮	宮城県	不検出	12月19日	
38	12/17	白ごはん	白河市	不検出	12月17日	
39	12/17	給食丸ごと	—	不検出	12月17日	
40	12/18	もやし	福島県	不検出	12月19日	
41	12/18	豆腐	福島県	不検出	12月19日	
42	12/18	給食丸ごと	—	不検出	12月18日	
43	12/19	生なめこ	福島県	不検出	12月20日	
44	12/19	給食丸ごと	—	不検出	12月19日	
45	12/20	玉ねぎ	北海道	不検出	12月21日	
46	12/20	給食丸ごと	—	不検出	12月20日	
47	12/21	給食丸ごと	—	不検出	12月21日	



給食よていこんだてひょう



平成30年12月

白河市立東中学校

日 曜	献立名 	あか	みどり	きいろ	家で食べてほしい食品 	栄養価				
		血や肉など体をつくる もとなるもの 	体の調子を整えるもとなるもの 	熱や力を出す もとなるもの 		エネルギー	タンパク質	脂質	食塩	
3 月	*3年生バイキング* 1・2年生は、お弁当持参 									
4 火	切り昆布ごはん 牛乳 あじのゆずみそ焼き かおり和え いもだんご汁	油揚げ 青大豆 あじ 錦糸卵 ふた肉 牛乳 細切り昆布 きざみのり	にんじん こまつな はくさい だいこん ぶなしめじ	ごはん 糸こんにゃく ごめ油 砂糖 いちだんご	果 物	703	28.2	16.4	2.3	
5 水	ヒビンバ丼 牛乳 春雨サラダ わかめスープ	ふた肉 錦糸卵 ロースハム 豆腐 きざみのり 牛乳 わかめ	ほうれん草 にんじん こまつな ぜんまい おろしにんにく もやし キャベツ きゅうり ねぎ	ごはん さとう 春雨 ごま油 ごめ油 白いりごま	魚 介 類	702	23.8	19.5	2.9	
6 木	<カミカミ献立> けんちんうどん 牛乳 イカの南蛮漬け ひじきとごぼうのサラダ	とり肉 豆腐 みそ いか 大豆 牛乳 ひじき	にんじん だいこん ごぼう はくさい ねぎ きゅうり	ソフト麺 さといも ごめ油 つきこんにゃく 砂糖 かたくり粉 マヨネーズ	きのこ	807	35.2	21.6	3.1	
7 金	ごはん 牛乳 厚揚げと豚肉のみそ炒め かにシューマイ 小松菜のみそ汁	ふた肉 厚揚げ みそ 牛乳 かにシューマイ	おろししょうが 青ピーマン キャベツ にんじん 干しいだけ だいこん こまつな	ごはん 砂糖 じゃがいも ごめ油	乳 製 品	724	27.1	19.5	2.3	
10 月	ごはん 牛乳 豚肉のしょうが焼き ポテトサラダ 大根のみそ汁	ふた肉 牛乳 油揚げ わかめ みそ 	おろししょうが 玉ねぎ きゅうり コーン だいこん	ごはん じゃがいも さといも 白いりごま マヨネーズ	種 実 類	769	24.9	25.9	2.4	
11 火	黒パン 牛乳 タンドリーチキン 豆のサラダ オニオンスープ	とり肉 ヨーグルト 牛乳 青大豆 大豆 チーズ	おろしにんにく キャベツ にんじん 玉ねぎ こまつな 干しいだけ	コッペパン 黒砂糖	海 藻	702	32.1	18.8	2.7	
12 水	麦ごはん シーフードカレー 牛乳 海そうサラダ りんご	いか えび あさり 牛乳 海藻サラダ わかめ	にんじん 玉ねぎ すりおろしりんご おろししょうが おろしにんにく にんじん きゅうり キャベツ コーン りんご	麦ごはん じゃがいも ごめ油 砂糖 ごま油	肉 類	763	21.2	17.3	2.9	
13 木	塩ラーメン 牛乳 わかさぎフリッター かぼちゃのサラダ	ふた肉 なた ボンレスハム わかめ 牛乳 生クリーム わかさぎフリッター	干しいだけ キャベツ にんじん もやし ねぎ たら メンマ かぼちゃ きゅうり 玉ねぎ	中華麺 ごめ油 マヨネーズ	豆 類	795	31.1	25.1	2.8	
14 金	ごはん 牛乳 鮭のチャンチャン焼き もやしのひき肉炒め すいとん汁	鮭 みそ 牛乳 ふた肉 ひきわり大豆 とり肉	玉ねぎ えのきたけ キャベツ にんじん もやし たら だいこん ごぼう はくさい 干しいだけ	ごはん 砂糖 マロニー ごま油 かたくり粉 すいとん ごめ油	果 物	703	29.0	14.0	2.4	
15 土	ごはん 牛乳 ちくわの二色揚げ にらともやしの和え物 豚汁	焼きちくわ 牛乳 あおのり 糸かつお ふた肉 豆腐 みそ	ゆかり たら にんじん もやし だいこん ごぼう ねぎ	ごはん 小麦粉 ごめ油 じゃがいも 板こんにゃく		747	25.8	18.3	2.2	
17 月	<せんいたっぷり献立> 麦ごはん 牛乳 白花豆コロッケ レンコンのぎんびら 白菜のみそ汁	とり肉 みそ 白花豆コロッケ 牛乳 わかめ	レンコン にんじん いんげん だいこん はくさい	麦ごはん ごめ油 砂糖 じゃがいも		751	22	15.4	2.5	
18 火	コッペパン いちご&マーガリン 牛乳 コーンサラダ ポトフ りんご	ウインナー 牛乳	キャベツ コーン にんじん 玉ねぎ ブロッコリー マッシュルーム りんご	コッペパン いちご&マーガリン じゃがいも		734	23.3	24.6	2.6	
19 水	ごはん 牛乳 さばのみそ煮 キャベツのごま和え なめこ汁	サバ みそ 豆腐 牛乳	キャベツ もやし きゅうり なめこ こまつな ねぎ	ごはん 白すりごま 砂糖		710	24.1	20.9	2.5	
20 木	ミートソーススパゲティ 牛乳 たこナゲット チーズサラダ	ふた肉 とり肉 チーズ 牛乳 たこナゲット	にんじん 玉ねぎ 青ピーマン トマト缶 きゅうり にんじん キャベツ コーン	スパゲティ麺 無塩バター ごめ油 砂糖		759	31.3	25.3	3.1	
21 金	<クリスマス献立・ケーキセレクト> エビピラフ 牛乳 ブロッコリーのイタリアンサラダ 豆のポターージュ クリスマスケーキ	むきえび 牛乳 生クリーム 白いんげんビュレ	にんじん 玉ねぎ グリンピース ブロッコリー カリフラワー キャベツ コーン オニオンソテー パセリ	ごはん 無塩バター オリーブ油 ごめ油 ケーキ		867	28.7	27.8	2.4	

計15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。



12月22日から冬休みです。寒さに負けることなく、食事・運動・睡眠の望ましい生活リズムを大切に過ごしましょう。

3日(月) 3年生バイキング
6日(水) がみかみ献立
17日(月) せんいたっぷり献立
21日(金) クリスマス献立・ケーキセレクト

冬休みの食生活

食べすぎや夜食のとりすぎ、不規則な食生活に気を付けよう



楽しい冬休みを