

【白河市大信学校給食センター】



日立アロ食品放射能測定システム 検査機器 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	3/1	給食丸ごと	—	不検出	3月1日	
2	3/4	給食丸ごと	—	不検出	3月4日	
3	3/4	里芋	千葉県	不検出	3月4日	
4	3/4	さわら切身	韓国	不検出	3月4日	
5	3/4	豚もも肉	福島県	不検出	3月4日	
6	3/4	キャベツ	神奈川県	不検出	3月4日	
7	3/4	大根	白河市大信	不検出	3月4日	
8	3/4	きゅうり	泉崎村	不検出	3月4日	
9	3/4	ごぼう	青森県	不検出	3月4日	
10	3/4	しらたき	石川町	不検出	3月4日	
11	3/5	給食丸ごと	—	不検出	3月5日	
12	3/5	鶏もも肉	北海道	不検出	3月5日	
13	3/5	もやし	郡山市	不検出	3月5日	
14	3/5	人参	茨城県	不検出	3月5日	
15	3/5	豆腐	矢吹町	不検出	3月5日	
16	3/5	小松菜	西郷村	不検出	3月5日	
17	3/6	給食丸ごと	—	不検出	3月6日	
18	3/6	いり玉子	秋田県	不検出	3月6日	
19	3/6	ごぼう(千切)	青森県	不検出	3月6日	
20	3/6	豚挽肉	福島県	不検出	3月6日	
21	3/6	ねぎ	白河市大信	不検出	3月6日	
22	3/6	いちご	いわき市	不検出	3月6日	
23	3/7	給食丸ごと	—	不検出	3月7日	
24	3/7	納豆	白河市表郷	不検出	3月7日	
25	3/7	大根	神奈川県	不検出	3月7日	
26	3/7	きゅうり	泉崎村	不検出	3月7日	
27	3/7	じゃがいも	北海道	不検出	3月7日	
28	3/7	糸こんにゃく	石川町	不検出	3月7日	
29	3/7	きざみ揚げ	福井県	不検出	3月8日	
30	3/7	ピザソース	名古屋	不検出	3月11日	
31	3/7	シュレッドチーズ	東京都	不検出	3月11日	
32	3/7	里芋乱切り	宮崎県	不検出	3月11日	
33	3/8	給食丸ごと	—	不検出	3月8日	
34	3/8	鶏もも肉	青森県	不検出	3月8日	

35	3/8	玉ねぎ	北海道	不検出	3月8日	
36	3/8	もやし	郡山市	不検出	3月8日	
37	3/8	にら	白河市	不検出	3月8日	
38	3/8	小松菜	鏡石町	不検出	3月8日	
39	3/8	ソフト麺	玉川村	不検出	3月8日	
40	3/11	給食丸ごと	—	不検出	3月11日	
41	3/11	たら切身	アメリカ	不検出	3月11日	
42	3/11	国産大豆調整豆乳	愛知県	不検出	3月11日	
43	3/11	玉ねぎ	北海道	不検出	3月11日	
44	3/11	人参	埼玉県	不検出	3月11日	
45	3/11	ごぼう	青森県	不検出	3月11日	
46	3/11	白菜	白河市大信	不検出	3月11日	
47	3/11	ねぎ	白河市大信	不検出	3月11日	
48	3/12	給食丸ごと	—	不検出	3月12日	
49	3/12	はるか	愛媛県	不検出	3月12日	
50	3/12	豚挽肉	福島県	不検出	3月12日	
51	3/12	玉ねぎ	北海道	不検出	3月12日	
52	3/12	キャベツ	神奈川県	不検出	3月12日	
53	3/12	きゅうり	栃木県	不検出	3月12日	
54	3/13	給食丸ごと	—	不検出	3月13日	
55	3/13	鮭切身	ロシア	不検出	3月13日	
56	3/13	大根	神奈川県	不検出	3月13日	
57	3/13	豆腐	矢吹町	不検出	3月13日	
58	3/13	鶏卵	石川町	不検出	3月13日	
59	3/13	小松菜	茨城県	不検出	3月13日	
60	3/14	給食丸ごと	—	不検出	3月14日	
61	3/14	豚もも肉	福島県	不検出	3月14日	
62	3/14	人参	茨城県	不検出	3月14日	
63	3/14	もやし	郡山市	不検出	3月14日	
64	3/14	チンゲン菜	静岡県	不検出	3月14日	
65	3/14	ねぎ	白河市大信	不検出	3月14日	
66	3/14	ブルーベリー&マーガリン	山梨県	不検出	3月15日	
67	3/14	ブロッコリー	エクアドル	不検出	3月15日	
68	3/15	給食丸ごと	—	不検出	3月15日	
69	3/15	白河メンチカツ	白河市	不検出	3月15日	
70	3/15	キャベツ	神奈川県	不検出	3月15日	
71	3/15	玉ねぎ	北海道	不検出	3月15日	
72	3/15	じゃがいも	北海道	不検出	3月15日	
73	3/15	セロリー	泉崎村	不検出	3月15日	
74	3/18	給食丸ごと	—	不検出	3月18日	
75	3/18	エルポーマカロニ	大阪府	不検出	3月18日	

76	3/18	豚ロース肉	福島県	不検出	3月18日	
77	3/18	人参	白河市白坂	不検出	3月18日	
78	3/18	大根	白河市大信	不検出	3月18日	
79	3/18	ねぎ	白河市大信	不検出	3月18日	
80	3/18	ふっくらさば切身	宮城県	不検出	3月19日	
81	3/19	給食丸ごと	—	不検出	3月19日	
82	3/19	じゃがいも	北海道	不検出	3月19日	
83	3/19	白菜	白河市大信	不検出	3月19日	
84	3/19	糸こんにゃく	石川町	不検出	3月19日	
85	3/20	給食丸ごと	—	不検出	3月20日	
86	3/20	生なめこ	福島県	不検出	3月20日	
87	3/20	鶏もも肉	宮城県	不検出	3月20日	
88	3/20	パプリカ	韓国	不検出	3月20日	
89	3/20	キャベツ	愛知県	不検出	3月20日	
90	3/20	人参	白河市白坂	不検出	3月20日	
91	3/20	ねぎ	白河市大信	不検出	3月20日	
92	3/20	小松菜	白河市大信	不検出	3月20日	



平成30年度 3月分学校給食献立予定表



白河市大信学校給食センター

日	曜	献立名		あか	みどり	きいろ	【栄養価】				家で食べてほしい食品	お休みの学校			
				おもに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	熟や力を出す エネルギーのもとなるもの	エネルギー	たんぱく質	脂質	塩分					
1	金	桃の節句行事食 ちらしずし きざみのり	なのはなとチキンのサラダ はんぺんすまし汁 ひなまつりゼリー	牛乳 のり あぶらあげ たまご えび とりにく はんぺん とうふ わかめ かつおぶし	にんじん ほししいたけ かんぴょう レンコン キヌサヤ ほうれんそう コーン みずな	ごはん さとう ごまあぶら ひなまつりゼリー	487	184	109	1.7	種実類				
										605			22.7	12.7	2.2
										725			26.2	12.6	2.6
4	月	ごはん	サワラのさいきょうやき かおりあえ とん汁	牛乳 サワラ たまご ぶたにく あぶらあげ にほし かつおぶし みそ	ショウガ キャベツ だいこん きゅうり あおじそ ニンニク にんじん ごぼう ネギ コンニャク	ごはん さとう ごま さといも こめあぶら	461	204	163	1.6	くだもの				
										598			26.0	20.0	2.1
										752			31.2	22.8	2.5
5	火	麦ごはん	とりにくのてりやき チーズおかかあえ しみとうふみそ汁	牛乳 とりにく チーズ かつおぶし わかめ とうふ しみとうふ にほし みそ	ショウガ ニンニク こまつな にんじん もやし ねぎ	麦ごはん ごまあぶら じゃがいも	444	22.1	132	1.8	きのこ				
										590			27.4	15.8	2.2
										740			32.8	18.7	2.7
6	水	キムタクごはん	ごぼうサラダ ちゅうかスープ いちご	牛乳 ぶたにく たまご かまぼこ	にんじん たくあん はくさい ニンニク ごぼう だいこん きゅうり ほうれんそう ネギ コーン キクラゲ いちご	麦ごはん ごまあぶら ごま かたくりこ	495	15.1	139	2.0	大豆製品				
										613			18.3	15.5	2.4
										765			22.0	21.2	3.1
7	木	麦ごはん	なっとう くわわかめいりあさづけ にくじゃが	牛乳 なっとう くわわかめ ぶたにく かつおぶし	キャベツ だいこん きゅうり たまねぎ にんじん グリンピース ほししいたけ コンニャク	麦ごはん さとう ごま じゃがいも こめあぶら あぶら	-	-	-	-	さかな	幼稚園 中学校			
										635			25.6	17.4	1.6
										-			-	-	-
8	金	ソフトめん	ごもくスープ はるまき もやしとニラのナムル	牛乳 とりにく なると あぶらあげ はるまき	にんじん たまねぎ こまつな ネギ だいこん ショウガ ほししいたけ もやし ニラ	ソフトめん さとう こめあぶら ごまあぶら ごまあぶら	484	20.0	14.6	2.3	かいそう				
										659			26.5	18.2	2.9
										794			31.7	20.0	3.3
11	月	麦ごはん	タラのピザ焼き きりぼしだいこんサラダ やさしいとうにゅう汁	牛乳 タラ チーズ かまぼこ わかめ とりにく あぶらあげ とうにゅう みそ かつおぶし	たまねぎ パプリカ ビーマン もやし きりぼしだいこん にんじん ごぼう はくさい だいこん ネギ	麦ごはん ごまあぶら ごま さといも	460	22.8	15.2	1.6	きのこ				
										593			28.8	18.3	2.0
										746			34.6	20.6	2.4
12	火	麦ごはん	キーマカレー りっちゃんサラダ はるか	牛乳 ぶたにく レンズまめ きりこんぶ ロースハム かつおぶし	ニンニク ショウガ たまねぎ にんじん セロリー トマト りんご キャベツ きゅうり コーン はるか	麦ごはん こめあぶら じゃがいも パター さとう	566	18.1	18.8	2.2	さかな				
										742			23.5	23.8	2.6
										920			28.6	27.8	3.3
13	水	わかなごはん	サケのからあげレモンしょうゆ チキンとアーモンドのサラダ かきたま汁	牛乳 サケ とりにく たまご とうふ にほし かつおぶし みそ	だいこんな ショウガ キャベツ きゅうり だいこん たまねぎ レモン こまつな	ごはん かたくりこ こめあぶら さとう アーモンド	488	23.1	17.0	2.0	きのこ	中学校			
										639			29.8	21.5	2.5
										-			-	-	-
14	木	麦ごはん	シュウマイ ホイコーロー ちんげんさいのスープ	牛乳 シュウマイ(エビ) ぶたにく みそ とうふ ナルト	キャベツ にんじん もやし ニンニク ショウガ ほししいたけ チンゲンサイ ネギ	麦ごはん さとう ごまあぶら かたくりこ マロニー	-	-	-	-	くだもの	幼稚園			
										610			22.3	19.1	1.8
										793			27.4	22.8	2.4
15	金	食パン はちみつ& マーガリン	しらかわメンチカツ ブロッコリーごまあえ ミネストローネ	牛乳 メンチカツ(ぶたにく) ベーコン なまクリーム	ブロッコリー キャベツ たまねぎ にんじん えだまめ コーン セロリー パセリ ニンニク トマト	食パン はちみつ&マーガリン こめあぶら じゃがいも さとう ごま	-	-	-	-	さかな	幼稚園			
										748			26.9	26.5	2.9
										909			32.8	32.0	3.3
18	月	麦ごはん	ぶたにくのしょうがやき マカロニサラダ だいこんみそ汁	牛乳 ぶたにく ロースハム わかめ にほし かつおぶし みそ	ニンニク ショウガ にんじん ブロッコリー コーン だいこん ネギ	麦ごはん マカロニ たまご不使用マヨネーズ オリーブオイル しょうないふ	-	-	-	-	大豆製品	幼稚園			
										668			25.7	24.0	2.0
										856			31.5	28.2	2.3
19	火	カミカミ給食 麦ごはん	サバのなんぶやき きりこんぶのために 大信やさしみそ汁	牛乳 サバ みそ こんぶ さつまあげ あぶらあげ にほし かつおぶし みそ	ショウガ にんじん はくさい だいこん ネギ コンニャク	麦ごはん さとう ごま こめあぶら じゃがいも	-	-	-	-	緑黄色野菜	幼稚園			
										637			23.3	22.6	2.5
										803			27.9	26.2	3.1
20	水	麦ごはん	とりにくのたつたあげ はるキャベツとツナのサラダ なめこ汁	牛乳 とりにく まぐろツナ とうふ にほし かつおぶし みそ	ニンニク ショウガ キャベツ ブロッコリー にんじん パプリカ なめこ こまつな ネギ	麦ごはん かたくりこ こめあぶら	-	-	-	-	いも類	幼稚園			
										586			27.5	16.9	2.0
										750			32.7	18.8	2.3

★ 材料等の都合により、献立が変更になることがありますので、ご了承ください。

★ 栄養価は、上段が幼稚園、中段が小学校、下段が中学校の数値です。【単位：エネルギー(kcal) たんぱく質(g) 脂質(g) 塩分(g)】

春休み中も栄養バランスの良い食生活を心がけましょう！

3月栄養師平均	(幼稚園)	496	20.3	16.1	1.9
	(小学校)	636	25.3	19.6	2.4
	(中学校)	798	30.3	22.5	3.0

コレタケカー

休日の昼食
〇〇だけ??

学校がお休みに入ると、生活リズムがくずれたり、食事がおろそかになってしまいがちです。
春休み中は、新しい学年や生活に向けての大切な準備期間になります。
4月にスタートを元気に始めることができるように、春休み中も、「早寝・早起き・朝ごはん」と、栄養バランスのとれた食生活を心がけてほしいと思います。
おにぎり、パンなどの主食ばかりの料理に偏らないように、肉・魚介類・卵・大豆製品などの主菜になるものや、野菜や果物などを追加して食べるように心がけましょう。





「主菜」肉・魚・卵・大豆料理
+ 「副菜」野菜・海藻料理
「汁物」みそ汁・牛乳

栄養バランスクローバー

全部の葉っぱをそろえて元気に!