

【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	12/2	給食丸ごと	—	不検出	12月2日	
2	12/2	ポッカレモン	愛知県	不検出	12月2日	
3	12/2	鶏もも肉	宮城県	不検出	12月2日	
4	12/2	きゅうり	泉崎村	不検出	12月2日	
5	12/2	玉ねぎ	北海道	不検出	12月2日	
6	12/2	キャベツ	西郷村	不検出	12月2日	
7	12/3	給食丸ごと	—	不検出	12月3日	
8	12/3	納豆	福島県	不検出	12月3日	
9	12/3	鶏むね肉(小間)	岩手県	不検出	12月3日	
10	12/3	ごぼう	青森県	不検出	12月3日	
11	12/3	にら	栃木県	不検出	12月3日	
12	12/3	鶏卵	福島県	不検出	12月3日	
13	12/3	木綿豆腐	矢吹町	不検出	12月3日	
14	12/4	給食丸ごと	—	不検出	12月4日	
15	12/4	枝豆焼売	東京都	不検出	12月4日	
16	12/4	白菜	白河市大信	不検出	12月4日	
17	12/4	もやし	郡山市	不検出	12月4日	
18	12/4	小松菜	西郷村	不検出	12月4日	
19	12/4	いか切身	ペルー	不検出	12月5日	
20	12/5	給食丸ごと	—	不検出	12月5日	
21	12/5	ねぎ	白河市大信	不検出	12月5日	
22	12/5	人参	西郷村	不検出	12月5日	
23	12/5	大根	西郷村	不検出	12月5日	
24	12/5	つきこんにゃく	石川町	不検出	12月5日	
25	12/6	給食丸ごと	—	不検出	12月6日	
26	12/6	焼き目付餃子	新潟県	不検出	12月6日	
27	12/6	豚もも肉(小間)	福島県	不検出	12月6日	
28	12/6	きゅうり	宮城県	不検出	12月6日	
29	12/6	玉ねぎ	北海道	不検出	12月6日	
30	12/6	ソフト麺(中華麺)	玉川村	不検出	12月6日	
31	12/9	給食丸ごと	—	不検出	12月9日	
32	12/9	焼きちくわ	宮城県	不検出	12月9日	
33	12/9	鶏挽肉	青森県	不検出	12月9日	
34	12/9	つきこんにゃく	石川町	不検出	12月9日	

35	12/9	ねぎ	白河市大信	不検出	12月9日	
36	12/10	給食丸ごと	—	不検出	12月10日	
37	12/10	鮭切身	ロシア	不検出	12月10日	
38	12/10	木綿豆腐	白河市表郷	不検出	12月10日	
39	12/10	キャベツ	西郷村	不検出	12月10日	
40	12/10	大根	西郷村	不検出	12月10日	
41	12/10	糸こんにゃく	石川町	不検出	12月10日	
42	12/11	給食丸ごと	—	不検出	12月11日	
43	12/11	豚挽肉	福島県	不検出	12月11日	
44	12/11	鶏卵	福島県	不検出	12月11日	
45	12/11	きゅうり	千葉県	不検出	12月11日	
46	12/11	白菜	白河市大信	不検出	12月11日	
47	12/11	ポテトフレーク	オーストラリア	不検出	12月13日	
48	12/12	給食丸ごと	—	不検出	12月12日	
49	12/12	蓮根水煮	青森県	不検出	12月12日	
50	12/12	ごぼう	青森県	不検出	12月12日	
51	12/12	じゃがいも	北海道	不検出	12月12日	
52	12/12	玉ねぎ	北海道	不検出	12月12日	
53	12/12	りんご	福島県	不検出	12月12日	
54	12/13	給食丸ごと	—	不検出	12月13日	
55	12/13	鶏もも肉	北海道	不検出	12月13日	
56	12/13	人参	西郷村	不検出	12月13日	
57	12/16	給食丸ごと	—	不検出	12月16日	
58	12/16	さば切身	ノルウェー	不検出	12月16日	
59	12/16	ゆず	高知県	不検出	12月16日	
60	12/16	白菜	白河市大信	不検出	12月16日	
61	12/16	ねぎ	白河市大信	不検出	12月16日	
62	12/16	ふんわり炒りたまご	愛知県	不検出	12月17日	
63	12/17	給食丸ごと	—	不検出	12月17日	
64	12/17	はちみつ	神奈川県	不検出	12月17日	
65	12/17	鶏もも肉	宮城県	不検出	12月17日	
66	12/17	キャベツ	西郷村	不検出	12月17日	
67	12/17	五目たまごやき	北海道	不検出	12月18日	
68	12/17	白みそ	長野県	不検出	12月19日	
69	12/18	給食丸ごと	—	不検出	12月18日	
70	12/18	豚もも肉(小間)	福島県	不検出	12月18日	
71	12/18	じゃがいも	北海道	不検出	12月18日	
72	12/18	人参	西郷村	不検出	12月18日	
73	12/18	つきこんにゃく	石川町	不検出	12月18日	
74	12/18	パルメザンチーズ	神奈川県	不検出	12月20日	

75	12/19	給食丸ごと	—	不検出	12月19日	
76	12/19	豆ちくわ	宮城県	不検出	12月19日	
77	12/19	さつま揚げ	宮城県	不検出	12月19日	
78	12/19	がんもどき	静岡県	不検出	12月19日	
79	12/19	みかん	和歌山県	不検出	12月19日	
80	12/19	大根	西郷村	不検出	12月19日	
81	12/19	かぼちゃコロッケ	北海道	不検出	12月20日	
82	12/20	給食丸ごと	—	不検出	12月20日	
83	12/20	きゅうり	宮崎県	不検出	12月20日	
84	12/20	玉ねぎ	北海道	不検出	12月20日	
85	12/23	給食丸ごと	—	不検出	12月23日	
86	12/23	豚もも肉	福島県	不検出	12月23日	
87	12/23	豚バラ肉	福島県	不検出	12月23日	
88	12/23	木綿豆腐	矢吹町	不検出	12月23日	
89	12/23	キャベツ	西郷村	不検出	12月23日	
90	12/23	なめこ	群馬県	不検出	12月23日	
91	12/24	給食丸ごと	—	不検出	12月24日	
92	12/24	鶏挽肉	青森県	不検出	12月24日	
93	12/24	鶏卵	福島県	不検出	12月24日	
94	12/24	ねぎ	白河市大信	不検出	12月24日	
95	12/24	大根	西郷村	不検出	12月24日	
96	12/24	人参	西郷村	不検出	12月24日	



令和元年 12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	献立内容	【栄養価】	お休みの学校				
					エネルギー	たんぱく質	脂質	塩分
2月	ごはん	とりにく、レモンソース、サラスパ、オニオンスープ	とりにく、チーズ、ベーコン	レモン、キャベツ、にんじん、きゅうり、ブロッコリー、たまねぎ、ほうれんそう	かたくり粉、サラダ油、さとう、スパゲッティ	446 17.0 14.2 2.16 600 24.6 18.6 2.76 754 29.5 21.2 3.29	かいそう	
3火	ごはん	ちくぜんに、なっとう、にらと卵のみそ汁	とりにく、ちくわ、なっとう、たまご、とうふ、かつおぶし	にんじん、ごぼう、しいたけ、たけのこ、いんげん、こんにゃく、にら、たまねぎ	さといも、サラダ油、さとう	586 24.5 16.9 1.62 728 28.8 19.5 2.07 907 34.5 22.2 2.41	くだもの	
4水	ごはん	はっほうさい、えだまめシューマイ、もやし、ラー油あえ	ぶたにく、いか、えび、うすらのたまご	にんじん、たまねぎ、はくさい、しいたけ、たけのこ、チンゲンサイ、もやし、にんじん	ごまラー油、サラダ油、さとう、かたくり粉、ごまあぶら	503 25.0 17.3 1.68 686 32.9 23.7 2.23 830 38.1 25.5 2.55	さかな	
5木	ごはん	イカのこうみゆき、ひきなひり、こんさい汁	いか、さつまあげ、とりにく、あぶらあげ、かつおぶし	ねぎ、にんにく、だいこん、にんじん、グリーンピース、ごぼう、しいたけ、こんにゃく	ごまあぶら、サラダ油、さとう、さといも	443 21.1 14.4 1.81 571 26.7 17.3 2.33 721 32.4 19.5 2.84	種実類	
6金	ちゃんぽん	ギョーザ、だいこんサラダ	ぶたにく、いか、えび、なると、きわかめ	しょうが、にんじん、はくさい、たまねぎ、さやえんどう、きくらげ、ねぎ、だいこん	ちゅうかめん、サラダ油、かたくりこ	378 19.8 12.7 2.57 583 28.5 17.1 3.71 773 36.7 20.6 4.76	大豆製品	
9月	ごはん	ちくわのカレーあげ、ごもくひじきに、だんご汁	ちくわ、たまご、とりにく、だいす、ひじき、とうふ	にんじん、しいたけ、こんにゃく、いんげん、だいこん、にんじん、ねぎ	ごむぎこ、サラダ油、さとう、しらたまだんご、さけ	501 18.4 15.4 2.34 670 25.3 19.0 3.38 813 28.5 21.2 3.83	いも類	大屋小
10火	ごはん	サクのごまみそやき、かまぼこ入りおひたし、のっぺい汁	さけ、かまぼこ、かつおぶし、とりにく、とうふ	しょうが、ほうれんそう、コーン、キャベツ、だいこん、にんじん、ねぎ、しらたき	さとう、ごま、さといも、かたくりこ粉	421 22.5 11.9 1.24 543 28.6 14.4 1.58 684 34.3 15.9 1.91	かいそう	
11水	ごはん	とりつくねチーズやき、かおりあえ、はくさいのみそ汁	とりにく、ぶたにく、たまご、チーズ、とうふ、かつおぶし	たまねぎ、キャベツ、だいこん、きゅうり、はくさい、えのきだけ、ねぎ	パン粉、ごま	464 21.4 16.5 1.66 599 26.9 20.2 2.22 751 32.1 23.1 2.59	くだもの	幼稚園
12木	麦ごはん	チキンカレー、れんこんサラダ、りんご	とりにく、ひよこめ	しょうが、にんにく、たまねぎ、にんじん、りんご、レンコン、ごぼう、だいこん	サラダ油、じゃがいも、バター、ごま	570 16.5 17.8 1.94 725 20.5 21.8 2.45 905 24.3 24.6 2.85	小魚	
13金	食パン	とりにくのポテトやき、ブロッコリーとコーンのサラダ、ミル・ファンティ	とりにく、アーモンド、たまご、ベーコン、チーズ	ブロッコリー、コーン、にんじん、たまねぎ、パセリ	マッシュポテト、マヨネーズ、パン粉	556 23.8 25.5 2.11 724 31.3 31.9 2.93 871 37.8 37.3 3.72	大豆製品	幼稚園
16月	冬至給食 麦ごはん	サバのゆであんやき、かぼちゃサラダ、大信やさいみそ汁	サバ、アーモンド、チーズ、あぶらあげ、かつおぶし	しょうが、ゆず、かぼちゃ、たまねぎ、はくさい、だいこん、にんじん、ねぎ	さとう、じゃがいも、マヨネーズ、オリーブオイル	558 20.1 25.0 2.22 681 23.4 28.0 2.61 856 28.1 32.8 3.12	きのこ	
17火	クリスマス給食 ツナごはん	てりやきチキン、ミモザサラダ、ポトフ、クリスマスデザート	ツナ、とりにく、たまご、ウインナー	にんじん、しょうが、にんにく、キャベツ、ほうれんそう、ブロッコリー、しめじ	さとう、はちみつ、じゃがいも、サラダ油	585 26.4 22.2 2.14 739 33.2 26.6 2.79 910 39.6 30.1 3.37	種実類	
18水	ごはん	にくじゃが、ごもくたまごやき、だいこんのごまサラダ	ぶたにく、たまご、わかめ	たまねぎ、にんじん、いんげん、こんにゃく、しいたけ、だいこん、きゅうり	サラダ油、じゃがいも、さとう	465 16.7 14.5 1.22 611 21.6 18.2 1.6 766 25.7 20.4 1.88	くだもの	幼稚園
19木	ごはん	にこみおでん、ブロッコリーのおかかマヨあえ、みかん	ちくわ、さつまあげ、こんぶ、うすらのたまご、がんも、かつおぶし	こんにゃく、にんじん、だいこん、ブロッコリー、キャベツ、みかん	さとう、マヨネーズ	450 15.8 13.2 1.91 570 19.6 15.8 2.37 708 23.0 17.6 2.8	さかな	幼稚園
20金	黒糖パン	かぼちゃコロッケ、コールスローサラダ、コーンポタージュ	ベーコン、チーズ、生クリーム	かぼちゃ、キャベツ、きゅうり、コーン、ブロッコリー、たまねぎ、にんじん	黒さとう、サラダ油、じゃがいも、ごむぎこ、バター	574 18.0 20.3 3.37 748 23.1 25.2 4.34 910 27.4 29.2 5.33	きのこ	幼稚園
23月	麦ごはん	ぶたキムチ丼、いそあえ、なめこ汁	ぶたにく、かまぼこ、のり、とうふ、かつおぶし	にんじん、たまねぎ、キムチ、ほうれんそう、キャベツ、なめこ、だいこん、ねぎ	サラダ油、さとう、ごま油	340 13.2 8.7 2.04 458 17.3 11.1 2.78 610 21.8 13.5 3.44	いも類	幼稚園
24火	ごはん	アジフライ、だいこんと茗わかめのサラダ、たまごスープ	あじ、茗わかめ、かまぼこ、たまご、とりにく	だいこん、にんじん、ほうれんそう、ねぎ、たけのこ	サラダ油、ごま油、かたくり粉	479 18.3 19.5 1.1 643 24.7 25.8 1.49 810 29.8 30.1 1.77	大豆製品	幼稚園

★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)】

かせをひいたら

どんな食べ物をとればよいの？

たんぱく質 体を温めて、体力を維持するために必要な栄養素です。



炭水化物 発熱やせきなどでエネルギーが消費されるので、しっかり補給しましょう。



ビタミン・C 皮膚や鼻・のどなどの粘膜を正常に保ち、抵抗力を高めてくれます。



12月栄養価平均	(幼稚園)	(小学校)	(中学校)
エネルギー	489	640	799
たんぱく質	19.9	25.7	29.3
脂質	16.8	20.8	23.8
塩分	2	2.6	3.1