

〔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	11/2	豚ひき肉	福島県	不検出	11月5日	
2	11/2	青ピーマン	茨城県	不検出	11月5日	
3	11/2	キャベツ	茨城県	不検出	11月5日	
4	11/2	かのこいか	ペルー	不検出	11月5日	
5	11/2	給食丸ごと	—	不検出	11月12日	
6	11/4	鶏もも肉	岩手県	不検出	11月6日	
7	11/4	ごぼう	青森県	不検出	11月6日	
8	11/4	つきこんにゃく	石川町	不検出	11月6日	
9	11/4	生揚げ	郡山市	不検出	11月6日	
10	11/4	給食丸ごと	—	不検出	11月4日	
11	11/5	牛もも肉	オーストラリア	不検出	11月9日	
12	11/5	豆腐	白河市	不検出	11月9日	
13	11/5	もやし	郡山市	不検出	11月9日	
14	11/5	カットいんげん	北海道	不検出	11月9日	
15	11/5	給食丸ごと	—	不検出	11月5日	
16	11/6	ベーコン	高崎市	不検出	11月10日	
17	11/6	きゅうり	福島県	不検出	11月10日	
18	11/6	給食丸ごと	—	不検出	11月6日	
19	11/9	さつま揚げ	宮城県	不検出	11月11日	
20	11/9	卵	中島村	不検出	11月11日	
21	11/9	さば味噌	岩手県	不検出	11月11日	
22	11/9	給食丸ごと	—	不検出	11月9日	
23	11/10	小松菜	福島県	不検出	11月12日	
24	11/10	キャベツ	福島県	不検出	11月12日	
25	11/10	給食丸ごと	—	不検出	11月10日	
26	11/11	ほうれん草	福島県	不検出	11月13日	
27	11/11	豆腐	白河市	不検出	11月13日	
28	11/11	給食丸ごと	—	不検出	11月11日	
29	11/12	鶏ひき肉	岩手県	不検出	11月16日	
30	11/12	ロースハム	高崎市	不検出	11月16日	
31	11/12	大根	福島県	不検出	11月16日	
32	11/12	給食丸ごと	—	不検出	11月12日	
33	11/13	かのこいか	ペルー	不検出	11月17日	
34	11/13	きゅうり	福島県	不検出	11月17日	
35	11/13	給食丸ごと	—	不検出	11月13日	
36	11/16	もやし	郡山市	不検出	11月18日	
37	11/16	にら	茨城県	不検出	11月18日	

38	11/16	油揚げ	郡山市	不検出	11月18日	
39	11/16	給食丸ごと	—	不検出	11月16日	
40	11/17	豚もも肉	福島県	不検出	11月19日	
41	11/17	キャベツ	福島県	不検出	11月19日	
42	11/17	大根	福島県	不検出	11月19日	
43	11/17	給食丸ごと	—	不検出	11月17日	
44	11/18	きゅうり	福島県	不検出	11月20日	
45	11/18	板こんにゃく	石川町	不検出	11月20日	
46	11/18	給食丸ごと	—	不検出	11月18日	
47	11/19	豚ひき肉	福島県	不検出	11月24日	
48	11/19	がんもどき	静岡県	不検出	11月24日	
49	11/19	なめこ	福島県	不検出	11月24日	
50	11/19	給食丸ごと	—	不検出	11月19日	
51	11/20	ロースハム	高崎市	不検出	11月25日	
52	11/20	卵	中島村	不検出	11月25日	
53	11/20	木綿豆腐	白河市	不検出	11月25日	
54	11/20	給食丸ごと	—	不検出	11月20日	
55	11/24	豚もも肉	福島県	不検出	11月26日	
56	11/24	キャベツ	福島県	不検出	11月26日	
57	11/24	きゅうり	福島県	不検出	11月26日	
58	11/24	給食丸ごと	—	不検出	11月24日	
59	11/25	豚ひき肉	福島県	不検出	11月27日	
60	11/25	鶏ひき肉	岩手県	不検出	11月27日	
61	11/25	舞茸	静岡県	不検出	11月27日	
62	11/25	給食丸ごと	—	不検出	11月25日	
63	11/27	つきこんにゃく	石川町	不検出	11月30日	
64	11/27	ほうれん草	福島県	不検出	11月30日	
65	11/27	給食丸ごと	—	不検出	11月30日	
66	11/30	豚もも肉	福島県	不検出	12月1日	
67	11/30	さつま揚げ	宮城県	不検出	12月1日	
68	11/30	ごぼう	青森県	不検出	12月1日	
69	11/30	給食丸ごと	—	不検出	11月30日	



11月 給食よていこんだてひょう

令和2年度

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 (kcal)	タンパク質 (g)	脂質 (g)	食塩 相当量 (g)	
2 月	わかめごはん 牛乳 笹かまぼこの天ぷら おおかあえ 凍り豆腐のみそ汁	笹かまぼこ 牛乳 かつお節 わかめ 凍り豆腐 煮干し みそ	ほうれん草 キャベツ にんじん だいこん しめじ ねぎ	ごはん ごめ油 小麦粉	くだもの	585	23.8	13.4	3.3	
4 水	ごはん 牛乳 しそ巻きギョウザ もやしのラー油あえ 八宝菜(うずら卵入り)	ギョウザ 牛乳 ぶた肉 いか うずら卵	にら もやし にんじん キャベツ チンゲン菜 玉ねぎ しそ だけのこ	ごはん ごま油 かたくり粉 ごま ごめ油	にゅうせいひん	652	23.3	18.8	1.4	
5 木	スパゲティミートソース 牛乳 かぼちゃチーズフライ コーンサラダ	ぶた肉 牛乳 チーズ	にんじん 玉ねぎ ピーマン キャベツ トマト コーン かぼちゃ ブロッコリー	スパゲティめん パター パン粉 ごめ油	かいそう	701	27.7	23.4	3.0	
6 金	<カルシウムたっぷり献立> 発芽玄米ごはん 牛乳 鮭のごまみそ焼き ひじきの炒め煮 もやしと生揚げのみそ汁	さけ 牛乳 みそ ひじき とり肉 煮干し 大豆 生揚げ	にんじん 玉ねぎ いんげん もやし しめじ ねぎ	ごはん ごめ油 発芽玄米 ごま さとう こんにゃく じゃがいも	たまご	599	27.9	17	2.1	
9 月	ピピンパ丼(たまご入り) 牛乳 わかめスープ フルーツポンチ	ぎゅう肉 牛乳 たまご わかめ 豆腐 のり	ほうれん草 もやし にんじん ねぎ パイナップル りんご	ごはん ごま油 さとう ごま マスカットゼリー	さかな	588	20.3	14.9	2.0	
10 火	キャロット食パン 牛乳 いちごジャム スペイン風オムレツ コールスローサラダ クラムチャウダー	ベーコン 牛乳 あさり 生クリーム オムレツ チーズ	にんじん きゅうり キャベツ コーン 玉ねぎ いちご	食パン ごめ油 ジャム さとう じゃがいも	まめるい	730	25.9	26.9	2.5	
11 水	ごはん 牛乳 さばみそ煮 切り干し大根の炒め煮 かきたま汁	さばみそ煮 牛乳 とり肉 ひじき さつま揚げ 煮干し たまご	にんじん 切干しだいこん ほうれん草 干しいたけ ねぎ	ごはん ごめ油 こんにゃく ごま さとう じゃがいも	かいそう	615	23.0	19.7	2.5	
12 木	五目うどん 牛乳 もち米蒸しだんご わかめあえ	とり肉 牛乳 なると わかめ ぶた肉 たまご かまぼこ	こまつな 干しいたけ にんじん ねぎ 玉ねぎ キャベツ もやし	ソフトめん ごま油 もち米 パン粉 かたくり粉 さとう	にゅうせいひん	658	30.0	16.5	2.5	
13 金	ごはん 牛乳 鶏肉とカシューナッツのカラフル炒め 中華スープ ふくしまりんごゼリー	とり肉 牛乳 豆腐	にんじん 玉ねぎ 赤ピーマン 干しいたけ 黄ピーマン ねぎ ほうれん草 コーン	ごはん ごめ油 さとう ごま油 かたくり粉 カシューナッツ りんごゼリー	さかな	666	23.1	19.9	1.6	
16 月	ごはん 牛乳 いかの香味焼き 三色あえ 里芋のそぼろ煮	いか 牛乳 みそ とり肉 生揚げ ハム	こまつな ねぎ にんじん もやし 玉ねぎ だいこん グリーンピース	ごはん ごめ油 さとう 里いも かたくり粉	くだもの	598	29.0	16.3	1.9	
17 火	きなこ揚げパン 牛乳 鶏肉の照り焼き じゃこサラダ たまごスープ	きな粉 牛乳 とり肉 ちりめんじゃこ たまご わかめ	にんじん コーン 赤ピーマン キャベツ きゅうり 玉ねぎ 干しいたけ	コッペパン ごめ油 さとう ごま油 かたくり粉	かいそう	638	31.6	20.3	2.8	
18 水	ごはん 牛乳 味のり ツナたまご焼き もやしのひき肉炒め 白菜のみそ汁	ツナたまご焼き 牛乳 とり肉 のり 大豆 わかめ 油揚げ 煮干し みそ	にんじん もやし にら はくさい ねぎ	ごはん ごま油 マロニー ごめ油 かたくり粉 じゃがいも	にゅうせいひん	562	23.2	16.1	1.9	
19 木	タンメン 牛乳 ひじきの和風サラダ 安納いも	ぶた肉 牛乳 くらげ ひじき	にんじん もやし えだ豆 キャベツ メンマ きくらげ だいこん	中華めん ごめ油 安納いも ごま油	くだもの	609	23.1	14.0	2.0	
20 金	<せんいたっぷり献立> ごはん 牛乳 納豆 白菜の浅漬け おでん(うずら卵入り)	納豆 牛乳 うずら卵 こんぶ がんもどき ちくわ さつま揚げ	にんじん はくさい きゅうり だいこん	ごはん さとう こんにゃく	にゅうせいひん	612	26.7	18.0	2.5	
24 火	コッペパン 牛乳 りんごジャム パンネグラタン グリーンサラダ コーンスープ	ぶた肉 牛乳 チーズ	パセリ マッシュルーム ブロッコリー キャベツ にんじん 玉ねぎ コーン りんご	コッペパン ごめ油 ジャム マカロニ 小麦粉 さとう	さかな	682	27.9	23.8	3.0	
25 水	ごはん 牛乳 手作りおろしハンバーグ かぼちゃのサラダ 豆腐のみそ汁	ぶた肉 牛乳 みそ わかめ たまご 煮干し ハム 煮干し 豆腐	かぼちゃ 玉ねぎ ねぎ はくさい だいこん きゅうり なめこ	ごはん ごめ油 パン粉 マヨネーズ かたくり粉	まめるい	699	25.9	26.5	2.2	
26 木	お弁当 持参日									
27 金	チキンカレーライス 牛乳 さきいかサラダ ヨーグルト	とり肉 牛乳 いか ヨーグルト	にんじん 玉ねぎ りんご 切干しだいこん キャベツ きゅうり	麦ごはん ごめ油 じゃがいも	くだもの	711	22.8	18.4	2.5	
30 月	<かみかみ献立> 三色丼(たまご入り) 牛乳 白菜のゆずサラダ まいたけのみそ汁 かみかみデザート(アーモンド・小魚)	とり肉 牛乳 ぶた肉 煮干し たまご 油揚げ 豆腐 みそ	にんじん グリンピース だいこん きゅうり ゆず まいたけ ねぎ はくさい	ごはん ごめ油 さとう ごま油 じゃがいも アーモンド ごま	かいそう	634	27.1	21.2	1.7	

計18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。

勤労感謝の日

感謝の気持ちをもって食べましょう

食事をするとき心こめて「いただきます」「ごちそうさま」を言っていますか。みなさんが食べ物を食べるまでには、いろいろな人がかかわり働いています。いつも感謝の気持ちを忘れないようにしましょう。



<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。				<11月平均量>			
エネルギー	たんぱく質	脂質	食塩相当量	エネルギー	たんぱく質	脂質	食塩相当量
650kcal	21~32.5g	14~22g	2g未満	641kcal	25.7g	19.2g	2.3g

