

1月分 予定献立表

日(曜)	献立名				赤の食品 血・肉・骨になる		緑の食品 体の調子をととのえる		黄色の食品 熱・力・体温になる		栄養価 エネルギー (kcal) たんぱく質 (g)
	主食	牛乳	おかず								
☆11日は鏡開きで、お供えをしたお餅を食べて、1年の無病息災を願います。お雑煮を食べて元気に過ごしましょう。											
11(木)	ほたてご飯		赤魚の塩焼き お雑煮 紅白ゼリー	牛乳 鶏肉 赤魚 ほたて貝柱水煮	かまぼこ 油揚げ	大根 人参 小松菜	米 砂糖 紅白もち 紅白ゼリー	里芋	623	28.0	
12(金)	白飯 のりの佃煮		コロッケ みそ汁	牛乳 のり		ごぼう 人参 大根 ねぎ	米 砂糖 油 コロッケ	じゃがいも	591	18.0	
15(月)	枝豆入りわかめご飯		さばの塩焼き けんちん汁	牛乳 わかめ 枝豆 さば	豆腐	大根 人参 ごぼう ねぎ	米 砂糖 油	えのきたけ ごま	570	25.5	
☆給食室で、960人分のストロベリーゼリーを作ります。いつものデザートとの違いがわかるかな・											
16(火)	白飯		麻婆大根 春雨サラダ 手作りストロベリーゼリー	牛乳 豚肉 大豆 緑豆春雨		大根 ねぎ 玉ねぎ 人参 たけのこ にんにく 生姜	米 砂糖 油 ごま油 ごま 手作りストロベリーゼリー	でん粉	610	19.3	
17(水)	豆腐めし		子持ちししゃもフライ 小松菜とわかめのサラダ	牛乳 豆腐 わかめ 子持ちししゃも		人参 しめじ 小松菜 ホールコーン	米 砂糖 油 小麦粉	バン粉 ごま	576	19.9	
18(木)	コッパン		チリコンカン マカロニスープ	牛乳 大豆 豚肉 ベーコン		人参 玉ねぎ かぶ トマト水煮(缶) さやいんげん	パン 砂糖 油 発芽玄米フジッリ	じゃがいも	547	22.5	
☆明治22年に学校給食が開始。すいとんは、給食室で小麦粉を練り、一口大にちぎって、釜の中に落として作ります。											
19(金)	食育の日 白飯		鮭の塩焼き すいとん	牛乳 鮭 豚肉 油揚げ		小松菜 大根 玉ねぎ 人参	米 小麦粉		569	25.3	
☆三室小創立150周年のシェフ給食は、イタリア料理店(サムシング・クアトロ店)上層シェフによる給食です。皆さん、お楽しみに！											
22(月)	フォカッチャ		チキンのローマ風トマト煮込み 小松菜とオレキエッテのペペロンチーノ かぼちゃのポタージュ 手作りバナナコッタ	牛乳 鶏肉 チーズ 生クリーム		玉ねぎ 人参 小松菜 トマト水煮(缶) オリーブ 赤・黄パプリカ	パン 砂糖 油 でん粉 オレキエッテ	かぼちゃ	808	28.7	
☆1995年1月17日、阪神・淡路大震災が発生。今回は全国米糺士会で発案したアレルギーフリーの救給カレーです。付属のスプーンでいただいでみましょう。											
23(火)	救給カレー		ミニフィッシュ ポトフ 給食週間デザート	牛乳 豚肉 ミニフィッシュ		かぶ 人参 かぶの葉 セロリー キャベツ 玉ねぎ	救給カレー 油 給食週間デザート (はちみつゆずゼリー)		766	19.4	
☆昔の給食 ミートソースにからめてソフトめんをいただきます。											
24(水)	ミートソース (ソフトめん)		フレンチサラダ スティックチーズ	牛乳 豚肉 鶏肉 大豆ミート	チーズ	にんにく 玉ねぎ 人参 マッシュルーム	ソフトめん 砂糖 油		554	26.3	
☆昔の給食 現在は捕獲制限があるくじらの肉を揚げてからオーロラソースにからめます。											
25(木)	白飯		味付けのり くじらのオーロラソース和え 五色和え みかんのクレープ	牛乳 くじら のり		人参 小松菜 はくさい ホールコーン	米 砂糖 油 みかんのクレープ	でん粉 じゃがいも	620	22.7	
26(金)	抹茶揚げパン		豆腐のスープ煮 海藻サラダ	牛乳 ベーコン あさり ほたて貝柱 海藻ミックス	豆腐	玉ねぎ 人参 かぶ かぶの葉 ホールコーン	パン 砂糖 油 でん粉	ごま ごま油	584	24.7	
☆今月の生揚げは、中華風に仕上げています。											
29(月)	白飯		生揚げの甘酢煮 中華もやし	牛乳 生揚げ 豚肉		人参 玉ねぎ たけのこ チンゲンサイ	米 砂糖 油 じゃがいも	ごま	566	22.3	
30(火)	焼肉チャーハン		春巻き フルーツミックス	牛乳 豚肉 春巻き		人参 にんにく 生姜 ねぎ ザーサイ漬物	米 砂糖 油 ごま油		555	20.6	
31(水)	セルフチキン兩室バーガー (子どもパン)		チキンカツ ミネストローネ ごぼうサラダ	牛乳 鶏肉 ベーコン 白いんげん豆	ハム	玉ねぎ 人参 キャベツ 人参 にんにく	パン 砂糖 油 発芽玄米フジッリ ノンエッグタルタルソース	小麦粉	701	26.4	

※献立は都合により変更になることがありますので、ご了承ください。

☆毎月19日は食育の日☆

1月19日から1月26日は、三室小学校給食週間です！戦後に再開された学校給食を記念し、毎年感謝の心を育む活動を行っています。揚げパン、くじらのオーロラソース和え、ソフトめんなど昭和40年代を中心に、昔の給食を再現します。また、給食週間中には、給食委員会からのクイズや、調理員さんとの感謝の会などの放送もありますので、お楽しみに！

学校給食食材の産地と食品の検査結果について

さいたま市教育委員会
さいたま市立三室小学校

～給食で使用している主な食材の産地～

本校の学校給食で使用している給食の主な食材は以下のとおりです。食材においては、流通経路を確認し、安全な食材を使用しています。

○通年

主食の米や小麦粉は、(公財)埼玉県学校給食会が選定し、牛乳は県が供給業者を決め、各学校に届けられます。これらは、市立小・中・特別支援学校で共通食材となっています。

		食材	産地
共通食材	主食	米	埼玉県・さいたま市
		小麦(パン・麺)	埼玉県、アメリカ、カナダ
	牛乳	牛乳	北海道、岩手県、宮城県、福島県(一部)、栃木県、群馬県、埼玉県、新潟県、秋田県、山形県

○ 11月 18日 ~ 12月 20日

		食材	産地実績
青果類		にんじん	埼玉・千葉
		たまねぎ	北海道
		じゃがいも	北海道
		きゅうり	埼玉
		しょうが	高知・熊本
		にんにく	青森
		里芋	埼玉
		小松菜	さいたま市
		もやし	栃木・福島
		さつまいも	さいたま市・千葉
		れんこん	茨城
		キャベツ	愛知・茨城
		ねぎ	群馬・青森・埼玉
		だいこん	埼玉・千葉・神奈川
		ごぼう	青森
		しめじ	長野
		ブロッコリー	さいたま市
		青ピーマン	茨城・宮崎
		エリンギ	長野
		くわい	さいたま市
	こねぎ	静岡	
	えのきたけ	新潟	
	赤パプリカ	韓国	
	チンゲンサイ	茨城	
肉類		豚肉	群馬
		鶏肉	岩手
魚類		マス	ロシア
		さば	ノルウェー
		小いわし	ポーランド
		ワカサギ	ロシア
		ブリ	鳥取
		ほっけ	北海道
その他			

※調味料、加工食品等は記載しておりません。検収記録簿に記載しております。

～食品検査結果について～

○ 国による食品の放射性物質の新基準

放射性セシウム	一般食品	100Bq/kg
	飲料水	10Bq/kg
	牛乳	50Bq/kg

○ 埼玉県等における検査について

<埼玉県の検査結果>

12月14日現在
平成29年に国のガイドラインが大幅に改正され、埼玉県は「栽培/飼養管理が可能な品目群」(野菜、果樹、茶、きのこ類、原乳、畜産物、水産物<内水面魚種>)欄の調査対象自治体から除外されることとなりました。それにともない、平成28年度までは、県のホームページに調査結果がほぼ毎週公表されていましたが、平成29年度からは四半期毎(3か月に1度)に公表されることになりました。したがって、埼玉県の検査結果については、県から公表があった月に結果を掲載いたします。詳しくは、県のホームページをご覧ください。

<(公財)埼玉県学校給食会の検査結果>

12月14日現在

検査依頼日		品目	検査結果	
月	日		放射性ヨウ素	放射性セシウム計
11	24	精白米(統一規格米)	<1.3	<3.8
11	16	小麦粉(パン・うどん用)	<1.7	<4.5
11	16	小麦粉(パン・ソフトめん用)	<1.8	<4.2
12	6	小麦粉(中華めん用)	<1.5	<3.7

※「<(数値)>」とは、検査機器で測定できる検出限界値未満であることを示します。詳しくは、(公財)埼玉県学校給食会のホームページをご覧ください。

<牛乳の検査結果>

12月14日現在

製造日		品目	検査結果
月	日		放射性セシウム計
12	11	学校給食用牛乳(製品)	50Bq/kg以下

※測定下限値は50Bq/kgです。

※学校給食で使用される牛乳は、月1回、(財)日本乳業技術協会による製品検査を受けています。

○ さいたま市における検査について

本市では、市内農産物と市内に流通する市外産農産物等の検査を実施しています。この検査では、生産段階及びそれに近いところで採取することにより、基準値を超える結果が出た場合には、直ちに出荷等を止めるなどの対応をとります。

<さいたま市の検査結果>

12月14日現在

採取日		品目	検査結果		
月	日		放射性セシウム134	放射性セシウム137	放射性セシウム合計
8	3	(茨城県)なす	<2.10	<2.00	<4.1
10	12	(茨城県)こまつな	<2.15	<2.16	<4.3
10	12	(長野県)ブロッコリー	<2.40	<2.59	<5.0

※経 [

(単位はBq/kg)

○ さいたま市学校給食の検査について

学校給食は、基本的には安全であると考えておりますが、保護者の皆さまに、より一層安心していただくことができるように、学校給食で使用予定の食材について、事前に検査を実施しております。

<学校給食の検査結果>

12月14日現在

使用日		品目	検査結果		
月	日		放射性セシウム134	放射性セシウム137	放射性セシウム合計
11	22	(埼玉県)根菜ねぎ	<9.6	<8.2	<17.7
11	22	(長野県)しめじ	<10.0	<8.3	<18.3
12	6	(愛知県)キャベツ	<10.0	<8.2	<18.2
12	6	(栃木県)もやし	<9.9	<8.0	<17.9
12	13	(千葉県)大根	<10.2	<8.2	<18.4
12	13	(栃木県)もやし	<10.1	<8.3	<18.4

※「<(数値)>」とは、検査機器で測定できる測定下限値未満であることを示します。

詳しくは、さいたま市のホームページをご覧ください。

(単位はBq/kg)