

5月分 予定献立表

日(曜)	献立名			主な食品			栄養価 エネルギー (kcal) たんぱく質 (g)
	主食	牛乳	おかず	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	
7(火)	抹茶揚げパン 		野菜スープ こんにゃくサラダ	牛乳 ベーコン なると	キャベツ たもぎ茸 人参 小松菜 玉ねぎ 大根 ホールコーン きゅうり	パン じゃがいも 油 砂糖	569 18
8(水)	白飯  味付けのり(みむろん)		じゃがいものそぼろ煮 和風サラダ	牛乳 のり 豚肉 わかめ	人参 キャベツ 玉ねぎ きゅうり 生姜 大根 グリーンピース	米 ごま じゃがいも ごま油 油	618 22
9(木)	★三室小では毎月1回、さいたま市西区のお米を取り入れており、今月は旬のグリーンピースを使ったピースご飯です。またデザートのアセロラは、沖縄の本部町で生産しており、その初出荷の時期はアセロラの日(5月12日)と制定されています。赤い宝石のゼリーをいただいでみましょう。 (西区のお米を使った)						
	ピースご飯 		カツオ漁師揚げ 磯香和え アセロラゼリー	牛乳 カツオ きざみのり	グリーンピース 小松菜 もやし きゅうり	米 小麦粉 もち米 パン粉 油 ごま アセロラゼリー	545 21
10(金)	わかめうどん  (地粉うどん)		いもけんぴ からし和え	牛乳 鶏肉 油揚げ わかめ	人参 キャベツ たけのこ もやし ねぎ 小松菜 椎茸	地粉うどん はちみつ さつまいも ごま 油 砂糖	641 22
13(月)	キャベツのペペロンチーノ 		フレンチサラダ 豆乳プリンタルト	牛乳 まぐろ水煮フレーク	キャベツ キャベツ 玉ねぎ きゅうり アスパラガス ホールコーン 小松菜 にんにく	スパゲッティ 油 砂糖 豆乳プリンタルト	538 21
14(火)	キムチチャーハン 		きびなごごまフライ 海藻サラダ	牛乳 豚肉 きびなご 海藻ミックス	人参 きゅうり 白菜キムチ ホールコーン ねぎ 大根 ピーマン	米 ごま油 油 ごま 砂糖	556 23
15(水)	白飯 		四川豆腐 中華和え さくらゼリー	牛乳 豆腐 豚肉 わかめ	人参 ねぎ 玉ねぎ もやし たけのこ きゅうり にんにく 生姜 椎茸 大根	米 でん粉 油 ごま 砂糖 ごま油 さくらゼリー	613 22
16(木)	★広島弁では「混ぜる」ことを「もぶる」といいます。季節により具材は異なり、農作業の時にさっと食べられ、おかずがなくても栄養がとれる食事として、または祝い事や法事などのちょっとしたごちそうとして『もぶりが飯』は、作られています。『がんす』は、昭和初期に、広島県呉市のかまぼこ店が、余ったすり身の再利用で誕生したお料理です。						
	もぶりが飯 		がんす 小松菜とわかめのサラダ	牛乳 鶏肉 油揚げ わかめ	人参 キャベツ たけのこ もやし ねぎ 小松菜 椎茸	地粉うどん はちみつ さつまいも ごま 油 砂糖	580 22
17(金)	食パン  いちごジャム		メンチカツ 白いんげん豆のスープ	牛乳 ベーコン 白いんげん豆 ほたて貝柱水煮	キャベツ 小松菜 玉ねぎ かぶ 人参	パン 油 メンチカツ いちごジャム	576 22
20(月)	★5月20日は三室小学校の開校記念日で、今年度151周年を迎えます。三室小のみんなで、お祝いしましょう。						
	赤飯  ごま塩		みむろんの厚焼き卵 キャベツのごまみそ和え ととやき	牛乳 卵	キャベツ 小松菜 もやし	米 もち米 ごま ととやき	618 22
21(火)	白飯 		豆入りストロガノフ オリヴィエサラダ	牛乳 豚肉 大豆 生クリーム	玉ねぎ きゅうり 人参 ホールコーン にんにく マッシュルーム	米 米粉 油 バター 砂糖 ノンエッグマヨネーズ	627 22
22(水)	みそラーメン  (ホット中華めん)		ごま団子 中華サラダ	牛乳 豚肉 春雨	人参 ねぎ もやし 小松菜 にら キャベツ にんにく 生姜 ホールコーン きゅうり	中華めん ごま油 油 砂糖 ごま ごま団子	597 23
23(木)	子どもパン 		ハンバーグ じゃがいものスープ煮 ひじきのカラフルマリネ	牛乳 豚肉 鶏肉 ベーコン ひじき	玉ねぎ たもぎたけ 人参 きゅうり ホールコーン 大根 キャベツ 赤ピーマン	パン 油 砂糖 じゃがいも	724 28
24(金)	★運動会前日、給食室からの応援献立です。食事をしっかりと、前日は早めに休むようにしましょう。						
	カツカレー (白飯) 		とんかつ コールスローサラダ ヨーグルト	牛乳 豚肉 ヨーグルト	人参 キャベツ 玉ねぎ 赤ピーマン 生姜 ホールコーン にんにく きゅうり アップルソース	米 パン粉 油 砂糖 じゃがいも 小麦粉	648 22
28(火)	ホットドッグ  (コッペパン)		フランクフルト 粉ふき芋 米粉のマカロニスープ 冷凍みかん	フランクフルト ベーコン	キャベツ 小松菜 大根 人参 玉ねぎ 冷凍みかん	パン 油 砂糖 米粉のマカロニ	656 23
29(水)	白飯 		チキンチキンごぼう 五目スープ	牛乳 鶏肉 豚肉 緑豆春雨	枝豆 豆腐 ごぼう ねぎ 椎茸 人参	米 ごま油 油 でん粉 ごま	631 29
30(木)	和風ピラフ 		ホキのレモン風味 コーンサラダ	牛乳 豚肉 ホキ	人参 グリンピース 玉ねぎ キャベツ しめじ きゅうり エリンギ ホールコーン マッシュルーム	米 油 砂糖 バター でん粉	550 22
31(金)	白飯 		生揚げの甘酢煮 茎わかめのチョナムル	牛乳 生揚げ 豚肉 茎わかめ	人参 もやし 玉ねぎ 小松菜 たけのこ えのきたけ チンゲンサイ にんにく	米 ごま油 油 でん粉 砂糖 ごま じゃがいも	603 23

※献立は都合により変更になることがありますので、御了承ください。

☆毎月19日は食育の日☆

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
		小麦(パン・麺)	埼玉県、アメリカ、カナダ
	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	

○ 4月10日～4月25日

		食材	産地実績
青果類		にんじん	徳島
		たまねぎ	さいたま市・北海道
		じゃがいも	鹿児島
		きゅうり	埼玉
		しょうが	高知・熊本
		にんにく	青森
		青ピーマン	茨城
		小松菜	さいたま市
		もやし	栃木
		しめじ	長野
		ごぼう	青森
		キャベツ	神奈川・愛知
		かぶ	千葉
		だいこん	千葉
		うど	群馬
		セロリー	静岡
肉類		豚肉	埼玉
		鶏肉	岩手
魚類		まだい	長崎
		さば	ノルウェー
		いわし	鹿児島
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>

4月23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>

4月23日現在

検査依頼日 月 日	品目	検査結果	
		放射性ヨウ素	放射性セシウム計
3月7日	精白米(統一規格米)	<1.7	<3.6
3月19日	小麦粉(パン・うどん用)	<1.5	<3.5
3月18日	小麦粉(パン・ソフトめん用)	<1.5	<4.8
4月2日	小麦粉(中華めん用)	<1.8	<5.2

※「<(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>

4月23日現在

製造日 月 日	品目	検査結果
		放射性セシウム計
4月16日	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>

4月23日現在

採取日 月 日	品目	検査結果		
		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
2月29日	(茨城県)こまつな	<1.65	<2.25	<3.9
2月29日	(神奈川県)大根	<1.54	<1.63	<3.2
3月14日	(神奈川県)大根	<0.890	<0.991	<1.9
3月14日	(茨城県)白菜	<0.865	<0.723	<1.6

※結果欄の「<(数値)」は、検出限界値です。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)