

1月分 予定献立表

さいたま市立三室小学校

| 日(曜) | 献立名 | | | 栄養価 | | | | |
|---------|---|---|-----------------------------------|---------------------------------|--------------------------------------|--|------------------------------------|-------------|
| | 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 | エネルギー (kcal) たんぱく質 (g) | |
| | ☆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。お雑煮を食べて今年も元気に過ごしましょう。 | | | | | | | |
| 9(金) | ほたてご飯 |  | 赤魚の白醤油漬焼 お雑煮 だいだいのババロア | 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 | 里芋 砂糖 紅白もち だいだいのババロア | 641 28.9 | |
| 12(月) | 成人の日 | | | | | | | |
| 13(火) | 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 チングンサイ | きゅうり もやし たまごだけ | ごま 565 22.6 | |
| 14(水) | ぶどうパン |  | お星さまの野菜スープ こんにゃくサラダ | 牛乳 ベーコン なると わかめ | キャベツ 人参 玉ねぎ ホールコーン | パン 砂糖 油 じゃがいも | ごま 543 17.5 | |
| 15(木) | 白飯 |  | 麻婆大根 春雨サラダ ストロベリーゼリー | 牛乳 豚肉 大豆 緑豆春雨 | 大根 玉ねぎ 人参 たけのこ | ねぎ 椎茸 もやし きゅうり | でん粉 586 17.9 | |
| 16(金) | さつまいもご飯 |  | あじフライ ゆかり和え | 牛乳 あじ | もやし キャベツ きゅうり | パン パン粉 さつまいも 小麦粉 | 561 19.7 | |
| 三室小給食週間 | ☆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、蓋の中に落として作ります。 | | | | | | | |
| | 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 | 586 28.0 | |
| | ☆昭和40年代の給食。ミートソースにからめてソフトめんをいたたきましょう。 | | | | | | | |
| | ミートソース (ソフトめん) |  | ミニフィッシュ フレンチサラダ スティックチーズ | 牛乳 豚肉 鶏肉 かたくちいわし | チーズ 大豆ミート 玉ねぎ 人参 | にんにく パセリ キャベツ きゅうり マッシュルーム | ソフトめん 砂糖 油 みかん(缶) | 532 24.3 |
| | ☆家庭科の授業で考案した6年2組の献立 | | | | | | | |
| | きな粉揚げパン |  | ポトフ 海藻サラダ チョコクレープ | 牛乳 豚肉 きな粉 海藻ミックス | キャベツ 玉ねぎ 人参 セロリー | 大根 きゅうり ホールコーン | パン 砂糖 油 ごま油 チョコクレープ | 631 23.1 |
| | 枝豆入りわかめご飯 (西区米) |  | さばの塩焼き けんちん汁 | 牛乳 わかめ 枝豆 さば | 豆腐 | えのきだけ 人参 ごぼう ねぎ | 米 砂糖 油 ごま | 604 25.4 |
| | ☆昭和40年代の給食。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。 | | | | | | | |
| | 白飯 味付けのり |  | くじらのオーロラソース和え 五色和え ほんかん | 牛乳 くじら のり | 人参 小松菜 はくさい ホールコーン | キャベツ ぽんかん | でん粉 砂糖 油 じゃがいも | 674 23.3 |
| | 鶏ごぼうご飯 |  | さばの竜田揚げ 小松菜のおひたし | 牛乳 鶏肉 油揚げ さば | 豆腐 | 人参 ごぼう しめじ もやし | 米 砂糖 油 | 593 26.0 |
| | ☆家庭科の授業で考案した6年3組の献立 | | | | | | | |
| | フォカッチャ |  | クリームシチュー ポテトサラダ さつまいもと栗のタルト | 牛乳 鶏肉 白花豆 ソイレブル 豆乳 | 人参 玉ねぎ プロッコリー しめじ ホールコーン | きゅうり パン 砂糖 油 じゃがいも | じゃがいも ノンエッグマヨネーズ さつまいもと栗のタルト | 587 19.7 |
| | 白飯 |  | 四川豆腐 中華和え | 牛乳 わかれ 大豆ミート 豚肉 豆腐 | 人参 玉ねぎ たけのこ 椎茸 ねぎ | にんにく 生姜 もやし きゅうり 大根 | でん粉 砂糖 油 ごま油 | 585 21.7 |
| | 大豆入りドライカレー (ターメリックライス) |  | 手作り福神漬け ヨーグルト(豆乳の力) | 牛乳 豚肉 大豆 大豆ミート 豆乳の力 | 大豆ミート ソイレブル | 玉ねぎ 人参 ごぼう にんにく 干しうど | ビーマン 生姜 大根 れんこん きゅうり | 640 24.2 |
| | 食パン いちごジャム |  | みむろんのコロッケ 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 | かぶ | キャベツ 玉ねぎ かぶ 小松菜 | パン 砂糖 油 いちごジャム ボテトコロッケ | 576 19.7 |

※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23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、毎年感謝の心をはぐく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 |
|------|----------|---|----|
| 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 | |
| 共通食材 | | 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 | 牛乳 |
| | | | |

○ 11月 25日～ 12月 19日

| | | 食材 | 産地実績 |
|-----|--------|-------------|------|
| 青果類 | にんじん | 千葉・青森・埼玉 | |
| | たまねぎ | 北海道・兵庫 | |
| | じゃがいも | 北海道 | |
| | きゅうり | 埼玉・群馬 | |
| | しょうが | 熊本・高知 | |
| | にんにく | 青森 | |
| | ねぎ | 青森・山形・埼玉・茨城 | |
| | 小松菜 | さいたま市 | |
| | もしや | 栃木・福島・千葉 | |
| | しめじ | 長野・茨城 | |
| | ごぼう | 青森 | |
| | キャベツ | 愛知 | |
| | くわい | さいたま市 | |
| | だいこん | 神奈川・千葉 | |
| | チンゲンサイ | 茨城 | |
| | さつまいも | さいたま市 | |
| | ブロッコリー | さいたま市・香川 | |
| | アレッタ | さいたま市 | |
| | さといも | 埼玉 | |
| | かぶ | 千葉・青森・埼玉 | |
| | セロリー | 静岡 | |
| | ピーマン | 宮崎 | |
| | れんこん | 茨城 | |
| | えのきたけ | 長野 | |
| | 赤パプリカ | 韓国 | |
| | かぼちゃ | 北海道 | |
| 肉類 | 豚肉 | 埼玉・群馬 | |
| | 鶏肉 | 岩手・宮崎 | |
| | | | |
| | | | |
| | | | |
| 魚類 | 太刀魚 | 千葉 | |
| | さば | ノルウェー | |
| | いわし | 千葉 | |
| | あじ | ニュージーランド | |
| | ししゃも | ノルウェー | |
| | すけとうだら | アメリカ・ロシア | |
| | そこだら | アルゼンチン | |
| | | | |
| その他 | | | |
| | | | |
| | | | |

※調味料、加工食品等は記載しておりません。検査記録簿に記録しております。

～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11日現在

| 採取日 | 品目 | 検査結果 | | |
|------|------------|------------|------------|----------|
| | | 放射性セシウム134 | 放射性セシウム137 | 放射性セシウム計 |
| 7/29 | ナシ(加須市) | <1.5 | <1.7 | - |
| 8/26 | 小麦(鴻巣市) | <2.2 | <2.0 | - |
| 9/12 | 玄米(久喜市) | <1.9 | <1.7 | - |
| 9/30 | ホンモロコ(加須市) | <4.1 | <4.2 | - |

※「<(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、埼玉県のホームページをご覧ください。

(単位はBq/kg)

＜(公財)埼玉県学校給食会の検査結果＞

12月11日現在

| 検査依頼日 | 品目 | 検査結果 | |
|-------|----------------|--------|----------|
| | | 放射性ヨウ素 | 放射性セシウム計 |
| 11/19 | 精白米(統一規格米) | <1.2 | <3.2 |
| 10/22 | 小麦粉(パン・うどん用) | <1.5 | <3.8 |
| 10/27 | 小麦粉(パン・ソフトめん用) | <1.6 | <4.2 |
| 10/24 | 小麦粉(中華めん用) | <1.5 | <3.8 |

※「<(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11日現在

| 製造日 | 品目 | 検査結果 | |
|------|-------------|-----------|--|
| | | 放射性セシウム計 | |
| 12/8 | 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11日現在

| 採取日 | 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 |
| 8/21 | (群馬県産)キャベツ | <0.818 | <0.756 | <1.6 |
| 8/21 | (青森県産)だいこんの根 | <1.30 | <1.30 | <2.6 |
| 10/9 | (山形県産)ねぎ | <1.68 | <1.64 | <3.3 |
| 10/9 | (茨城県産)きゅうり | <1.57 | <1.76 | <3.3 |

※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)