

# 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 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	
☆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(木)	ほたてご飯		赤魚の白醤油漬焼き 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	里芋 砂糖 紅白もち 紅白ゼリー	613
								26.7
10(金)	白飯		生揚げの甘酢煮 中華もやし	牛乳 生揚げ 豚肉	人参 きゅうり 玉ねぎ もやし たけのこ チンゲンサイ	米 ごま 砂糖 油 じゃがいも	567	
							22.3	
14(火)	ぶどうパン		お星様の野菜スープ こんにゃくサラダ	牛乳 ベーコン なると わかめ	キャベツ たまごたけ 人参 小松菜 玉ねぎ 大根 ホールコーン きゅうり	パン ごま 砂糖 油 じゃがいも	543	
							17.5	
☆給食室で、940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・・・?								
15(水)	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 椎茸 人参 もやし たけのこ きゅうり にんにく キャベツ 生姜	米 でん粉 砂糖 油 ごま油 ごま 手作りストロベリーゼリー	601	
							17.9	
16(木)	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	米 パン粉 油 さつまいも 小麦粉	561	
							19.7	
17(金)	白飯		肉じゃが 磯香和え	牛乳 豚肉 のり	人参 キャベツ 玉ねぎ もやし 小松菜 さやいんげん	米 じゃがいも 砂糖 油	576	
							19.9	
☆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。								
20(月)	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	572	
							25.7	
☆1995年1月17日、阪神・淡路大震災が発生。今回は全国栄養士会で発案したアレルギーフリーの救給カレーです。付属のスプーンをいただいでみましょう。								
21(火)	救給カレー		ミニフィッシュ ポトフ	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	673	
							18.7	
☆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。								
22(水)	ミートソース (ソフトめん)		フレンチサラダ 型抜きチーズ	牛乳 豚肉 鶏肉 大豆ミート	チーズ にんにく パセリ 玉ねぎ キャベツ きゅうり マッシュルーム みかん(缶)	ソフトめん 砂糖 油	532	
							23.6	
23(木)	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 大根 人参 ごぼう ねぎ	米 ごま 砂糖 油	579	
							23.3	
☆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。								
24(金)	白飯		味付けのり くじらのオーロラソース和え 五色和え	牛乳 くじら のり	人参 キャベツ 小松菜 はくさい ホールコーン	米 でん粉 砂糖 油 じゃがいも	556	
							21.9	
☆今年度のシェフ給食も、イタリア料理店(サムシング・クアトロ店)上倉シェフによる給食です。皆さん、お楽しみに!								
27(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 手作りパンナコッタ	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 かぼちゃ 砂糖 油 でん粉 オレキエッテ	808	
							28.7	
28(火)	白飯		四川豆腐 中華和え	牛乳 大豆ミート 豚肉 豆腐	わかめ 人参 玉ねぎ 生姜 たけのこ もやし 椎茸 きゅうり ねぎ 大根	米 砂糖 油 ごま ごま油	585	
							21.7	
29(水)	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 小松菜 にんにく みかん(缶) 生姜 もも(缶) ねぎ パイン(缶) ザーサイ漬物	米 砂糖 油 ごま油	580	
							18.9	
30(木)	食パン いちごジャム 鶏ごぼうご飯		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	キャベツ 玉ねぎ かぶ 小松菜	パン 砂糖 油 ポテトコロッケ	560	
							19.2	
31(金)	白飯		さばの竜田揚げ 小松菜のおひたし	牛乳 鶏肉 油揚げ さば	人参 小松菜 キャベツ ごぼう しめじ もやし	米 砂糖 油	593	
							26.0	

※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20日から1月24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	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25日 ~ 12月20日

		食材	産地実績
青果類		にんじん	埼玉・千葉・青森
		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
		セロリー	静岡
		小松菜	さいたま市
		もやし	栃木
		えのきたけ	長野
		ねぎ	秋田・埼玉
		キャベツ	神奈川・愛知・茨城
		れんこん	茨城
		だいこん	千葉・神奈川
		ピーマン	茨城・宮崎
		しめじ	長野
		ごぼう	青森
		チンゲンサイ	群馬
		パプリカ	ニュージーランド
		さつまいも	千葉・茨城
肉類		里芋	埼玉
		くわい	さいたま市
		ブロッコリー	埼玉
		かぼちゃ	メキシコ
		かぶ	千葉
		豚肉	群馬
		鶏肉	岩手
魚類		カレイ	アメリカ
		タラ	ロシア
		鮭	北海道
		さば	ノルウェー
		きびなご	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>

12月12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12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
10 21	精白米(統一規格米)	<1.4	<3.4
10 18	小麦粉(パン・うどん用)	<1.7	<4.2
10 18	小麦粉(パン・ソフトめん用)	<1.7	<3.7
10 23	小麦粉(中華めん用)	<1.6	<4.8

※「<(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12日現在

製造日 月 日	品 目	検査結果
		放射性セシウム計
12 9	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12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
8 22	(青森県)だいこん	<1.72	<1.82	<3.5
10 10	(茨城県)きゃべつ	<0.706	<0.761	<1.5
10 10	(長野県)ブロッコリー	<2.11	<2.28	<4.4

※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)