

1月予定献立表

平成24年

白岡町(小学校)

日	曜日	献立名			主な材料とその動き			kcal	タンパク質
		主食	牛乳	副食	かや熱になるもの	血や肉になるもの	体の調子をよくなるもの		
11	水	むぎごはん	牛乳	シーフードカレー ちぐさ焼き こんにゃくサラダ	むぎごはん バター あぶら じゃがいも さとう	牛乳 いか えび ほたて たまご とりにく のり	たまねぎ にんじん いんげん にんにく ほうれんそう キャベツ きゅうり こんにゃく	690	27.8
12	木	こどもパン	牛乳	ハムカツ キャベツサラダ はくさいのクリームシチュー	パン こむぎこ パンこ あぶら バター じゃがいも ドレッシング	牛乳 ハム たまご ぶたにく	にんじん たまねぎ しめじ はくさい ブロッコリー きゅうり キャベツ パプリカ とうもろこし	634	24.5
13	金	ちゅうかめん	牛乳	バターコーンラーメン しんじゅむし フルーツポンチ	ちゅうかめん ゴマ バター でんぶん さとう もちごめ	牛乳 ぶたにく みそ	もやし にんじん キャベツ にんにく じゃ とうもろこし しょうが たけのこ ほししいたけ たまねぎ みかん パイン もも こんにゃく	712	27.4
16	月	ごはん	牛乳	サバのしお焼き きんぴらごぼう しらたまそうじ	ごはん あぶら さとう ごまあぶら しらたまだんご	牛乳 サバ ぶたにく	ごぼう にんじん こんにゃく さやえんどう だいこん かぶ せり ほししいたけ	632	25.5
17	火	きなこあげパン	牛乳	ポークストロガノフ ポテトサラダ りんご	パン あぶら さとう バター ハヤシルウ クリーム じゃがいも マヨネーズ	牛乳 ぶたにく きなこ	エリンギ しめじ にんじん にんにく たまねぎ ブロッコリー とまと きゅうり とうもろこし りんご	652	21.0
18	水	しらすいり ワカメご飯	牛乳	はんぺんフライ ほうれんそうのゴマあえ のっぺい汁	むぎごはん こむぎこ パンこ あぶら さとう ゴマ さといも でんぶん	牛乳 しらすぼし ワカメ あぶらあげ はんぺん ぶたにく とうふ	にんじん だいこん ごぼう ねぎ こまつな ほうれんそう キャベツ もやし	617	24.8
19	木	クロワッサン	牛乳	ミートオムレツ ブロッコリーソテー かぶのカレースープ	パン さとう バター カレールウ あぶら	牛乳 たまご ぶたにく ベーコン	にんじん たまねぎ ブロッコリー とうもろこし かぶ	633	24.9
20	金	ごはん	牛乳	サワラのてり焼き ちゅうかあえ とん汁	ごはん あぶら さとう ごまあぶら はるさめ さといも	牛乳 サワラ たまご ぶたにく みそ あぶらあげ	しょうが にんじん きゅうり キャベツ もやし だいこん ねぎ	616	27.2
23	月	ごはん	牛乳	ホッケのしお焼き あつあげとぶたにくのみそいため けんちん汁	ごはん あぶら さとう さといも	牛乳 ホッケ ぶたにく あつあげ みそ あぶらあげ	しょうが ピーマン キャベツ にんじん ほししいたけ だいこん はくさい ねぎ こんにゃく ほうれんそう	595	28.3
24	火	ライむぎ しょくパン (いちごジャム)	牛乳	ハンバーグデミグラスソース コーンサラダ キャベツとトマトのスープ	パン いちごジャム でんぶん パンこ ドレッシング さとう	牛乳 ぶたにく とりにく ハム たまご	キャベツ きゅうり とまと たまねぎ とうもろこし	628	24.5
25	水	ちゅうか まぜごはん	牛乳	しゅうまい ② もやしときゅうりのナムル ワカメスープ	ごはん ごまあぶら うどん こむぎこ でんぶん しゅまいのかわ	牛乳 ぶたにく とりにく ワカメ とうふ なた	たけのこ たまねぎ にんにく とうもろこし こまつな もやし にんじん ねぎ きゅうり	620	23.4
26	木	はちみつパン	牛乳	チキンカツ キャベツのソテー ポトフ	パン こむぎこ パンこ あぶら バター じゃがいも	牛乳 たまご とりにく ウィナー	にんじん だいこん キャベツ ブロッコリー とうもろこし	626	26.9
27	金	じごなうどん	牛乳	きつねうどん ちくわのにしょくあげ さんしょくあえ いよかん	うどん こむぎこ あぶら さとう ゴマ	牛乳 ぶたにく たまご なた あぶらあげ ちくわ あおりのり	ほうれんそう にんじん ねぎ しいたけ もやし ゆかり こまつな いよかん	669	29.5
30	月	チャーハン	牛乳	はるまき かふうあえ やさいスープ	ごはん あぶら さとう ごまあぶら ゴマ はるまきのかわ はるさめ	牛乳 やきぶた たまご ベーコン ぶたにく	にんにく にんじん ほししいたけ きくらげ とうもろこし キャベツ もやし たけのこ たまねぎ きゅうり ほうれんそう	728	24.1
31	火	ごはん	牛乳	サケのてり焼き いそに さつま汁	ごはん あぶら さとう じゃがいも さつまいも	牛乳 サケ ひじき だいず さつまあげ ぶたにく とうふ みそ	にんじん こんにゃく ごぼう ねぎ だいこん	672	32.2
基準栄養量								660	20.0
平均栄養量								648	26.1

- ◎ はしは、毎日持ってきましょう。
- ◎ 材料の都合で献立を変更す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」です。

☆ 1月24日から30日が学校給食週間です。
食物の大切さや、給食の意味を考えてみましょう。

学校給食は栄養バランス満点!



平成23年度1月分 小学校給食の主な使用食材の産地について（予定）

白岡町教育委員会

食品に含まれる放射性物質については、原子力安全委員会が設定した指標を基に、厚生労働省において、「暫定規制値」が定められており、これを上回る食品については、食品衛生法により市場に流通させない取り組みがなされています。

学校給食で使用する食材につきましては、定期的に放射線物質の検査が行われ、安全性が確認されているものを使用しております。また、入荷時には産地の確認をしており、調理の過程においても、野菜類は流水により複数回の洗浄を行った上で使用しています。

白岡町では、安心して安全な給食の提供に努めております。

	品名	産地（予定）
主食	米	白岡
	麦	主に 宮城 福井 栃木
	もち米	白岡
	パン（小麦粉）	埼玉 アメリカ カナダ
	麺（小麦粉）	埼玉 アメリカ カナダ
乳製品	牛乳	埼玉 群馬 栃木 北海道 など <small>* 埼玉県の原乳が不足した場合に他県から補填しています。原乳については、各都道府県が検査し安全確認を行っています。</small>
	バター（乳）	北海道
	生クリーム（乳）	北海道
肉類	鶏肉	北海道 宮崎
	鶏肉（ハンバーグ）	宮崎 大分 鹿児島 熊本 長崎
	鶏肉（しゅうまい）	徳島 香川 愛知 大分 など
	豚肉	埼玉 群馬 茨城 青森 宮崎 栃木
	豚肉（ハンバーグ）	鹿児島 宮崎 熊本 大分 広島
卵	豚肉（しゅうまい）	北海道
	豚肉（春巻）	茨城 青森 栃木 北海道 など
加工品	卵	埼玉 茨城
	ポークハム	千葉 群馬
	ベーコン	千葉 群馬
	ウィンナー	千葉 群馬
	焼き豚	千葉 群馬
魚類	紫いか	青森
	えび	インド
	さけ	北海道
	さば	ノルウェー
	さわら	中国（東シナ海）
	ほたて	北海道 青森
	ほっけ	アメリカ（アラスカ）
	しらす干し	静岡
	さつま揚げ（すり身）	北海道
	焼きちくわ（すり身）	ベトナム マレーシア 北海道
なると（すり身）	アメリカ	
はんぺん（すり身）	千葉 北海道	
大豆製品	大豆	栃木
	木綿豆腐（大豆）	宮城（22年度産）
	油揚げ（大豆）	茨城（22年度産）
	厚あげ（大豆）	宮城（22年度産）
	きなこ（大豆）	埼玉
野菜類	さつまいも	茨城
	さといも	埼玉
	じゃがいも	北海道 長崎
	赤しそ（ゆかり）	静岡 三重
	いんげん	北海道
	かぶ（根・葉）	千葉 埼玉
	きぬさや	鹿児島 長崎

	品名	産地（予定）
野菜類	キャベツ	埼玉 愛知
	キャベツ（春巻）	秋田 宮城
	きゅうり	埼玉 高知 宮崎
	ごぼう	青森
	こまつな	白岡 茨城
	しょうが	高知
	せり	茨城
	だいこん	白岡 神奈川 千葉
	たけのこ	愛媛 高知 香川 熊本 など
	たけのこ（春巻）	中国 タイ
	たまねぎ	北海道
	たまねぎ（ハンバーグ）	北海道 佐賀 兵庫 大阪 愛知
	たまねぎ（しゅうまい）	北海道 香川 熊本
	たまねぎ（春巻）	北海道 中国
	とうもろこし	ニュージーランド
	ホールトマト	イタリア
	長ねぎ	白岡 埼玉 茨城
	にら	茨城
	にんじん	千葉 埼玉 茨城
	にんじん（春巻）	北海道 青森 千葉
	にんにく	青森
	はくさい	茨城
	パプリカ（赤・黄）	茨城
	ピーマン	茨城
	ブロッコリー	エクアドル
	ほうれんそう	白岡 埼玉 千葉 宮崎
	もやし	埼玉 栃木
	いよかん	愛媛
	パイナップル（缶）	インドネシア
	みかん（缶）	愛知 和歌山 静岡 神奈川
もも（缶）	南アフリカ	
りんご	青森 岩手 秋田 長野	
いちご（いちごジャム）	主に 静岡 熊本 佐賀 長崎	
エリンギ	長野	
ぶなしめじ	長野 茨城	
干椎茸	韓国	
しいたけ（春巻）	中国	
きくらげ（春巻）	中国	
干ひじき	韓国 長崎	
青のり	愛媛	
のり	岡山	
わかめ	韓国 徳島	
こんにやく	群馬	
その他	はるさめ	中国 カナダ
	はるさめ（春巻）	鹿児島 宮崎 北海道
	白玉だんご	主に 千葉 茨城

※産地は予定です。天候や市場の供給量等により変更になる場合がありますので、ご了承ください。