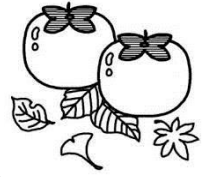


☆こんげつのもくひょう☆

食べ物の働きを知ろう
(朝食のたいせつさ・1日3食規則正しい食事)

9がつ こんだてひょう



平成29年 9月献立表

は【たくさん食べて賞】のリクエストメニュー

太田市立休泊小学校

日	曜	こんだてめい		おもなざいりょうとはたらき						I補給 (kcal)	お知らせ
		しゅしょくのみもの	おかず	からだをつくる (あか)		からだのちようしをととのえる (みどり)		ねつやちからになる (きいろ)			
				1群 たんぱくしつ	2群 むきしつ	3群 カロテン	4群 ビタミン	5群 たんすいかぶつ	6群 しぼう		
4	月	ご飯	牛乳 さばのみそ煮 五目きんぴら わかめのみそ汁	さば とうふ・さつまあげ みそ・あぶらあげ	ぎゅうにゅう わかめ	にんじん	ごぼう だいこん こんにゃく・えのきたけ	ごはん じゃがいも さとう	ごまあぶら ごまあぶら ごま	628 23.8 20.0	◆今月の太田産野菜と生産者◆ (使用食材は太字で記入) 【じゃがいも】さん (うちがしま) 
5	火	ごはん	牛乳 ビビンバ 野菜ナムル 中華卵スープ	ぶたにく ベーコン・たまご とうふ	ぎゅうにゅう	ほうれんそう にんじん ちんげんさい	もやし・しょうが たまねぎ・にんにく ぜんまい・しいたけ	ごはん さとう かたくりこ	ごまあぶら ごまあぶら ごまあぶら	642 23.5 22.6	
6	水	◆あげパン	牛乳 しょうゆラーメン にたまご	ぶたにく・きなこ たまご なると	ぎゅうにゅう	にんじん ちんげんさい	きゃべつ もやし・しょうが メンマ・にんにく	パン ちゅうかめん さとう	ごまあぶら ごまあぶら	661 30.3 25.5	
7	木	むぎごはん	牛乳 ポークカレー だいこんサラダ	ツナ ぶたにく	ぎゅうにゅう	にんじん	たまねぎ・にんにく だいこん・りんご・しょうが きゅうり・プルーン	むぎごはん じゃがいも	ごまあぶら	652 21.0 27.3	
8	金	パンプキンパン	牛乳 やさいたっぷりシユラスコ ブラシルスープ	ぶたにく いんげんまめ	ぎゅうにゅう チーズ	トマト ピーマン パセリ	きゅうり たまねぎ・にんにく らっきょう	ごはん さとう	ごまあぶら オリーブあぶら	655 25.9 25.6	
11	月	ごはん	牛乳 にしんのしょうがに ごまあえ いなか汁じる	にしん なまあげ みそ	ぎゅうにゅう	にんじん こまつな	もやし きゅうり だいこん・ねぎ	ごはん じゃがいも さとう	ごまあぶら ごま	607 23.4 18.8	
12	火	キムチごはん	牛乳 シュウマイ いかだんごスープ 冷凍みかん	ぶたにく いか	ぎゅうにゅう	にんじん にら	きゃべつ・しいたけ ねぎ・もやし しょうが・にんにく	ごはん さとう・はるさめ シュウマイのかわ	ごまあぶら ごま ごまあぶら	585 25.0 15.1	
13	水	くろパン	牛乳 シチリア風スパゲティ おさかなサラダ	ぶたにく ベーコン こざかな	ぎゅうにゅう わかめ	にんじん	たまねぎ なす・スキニー きゃべつ・きゅうり	パン ごまあぶら	ごまあぶら	641 24.4 18.6	
14	木	ごはん	牛乳 ハヤシライス ひじきサラダ	ぶたもも	ぎゅうにゅう ひじき チーズ	にんじん とまと	たまねぎ・グリーンピース きゅうり きゃべつ	ごはん じゃがいも さとう	ごまあぶら ドレッシング	654 19.8 22.3	
15	金	ライむぎパン	牛乳 コロケ チリコンカン キャベツスープ	ぶたにく ベーコン	ぎゅうにゅう	にんじん いんげん	たまねぎ きゃべつ コーン・しめじ	パン ごまあぶら	ごまあぶら	650 22.7 29.0	
18	月	敬老の日 									【給食委員会からの おしらせ】
19	火	ごはん	牛乳 みそだれ焼き肉 舟きゅうり ぎょうざスープ	ぶたにく なると みそ	ぎゅうにゅう	にんじん	ねぎ・しょうが・にんにく きゅうり・しいたけ きゃべつ・もやし	ごはん さとう ぎょうざのかわ	ごま ごまあぶら ごまあぶら	612 23.9 19.0	まいしゅう きゅうしよくのこ 毎週 給食を残さず す食べ 集めたメ ダルで もらえる
20	水	ごはん	牛乳 いわしのやくみソースかけ きりほしだいこんのいために じゃがいもとたまねぎのみそしる	いわし あぶらあげ・とうふ さつまあげ・みそ	ぎゅうにゅう わかめ	にんじん	ねぎ・しょうが たまねぎ だいこん	ごはん じゃがいも さとう	ごまあぶら ごまあぶら	616 21.8 18.4	しょうじょう まいくとく 賞状を3枚獲得す ると次の月に好き
21	木	とりそぼろごはん	牛乳 こまつなにびたし チゲじる	とりにく・みそ とうふ・だいす ぶたにく・あぶらあげ	ぎゅうにゅう	にら・えだまめ にんにく・しょうが にんじん・こまつな	だいこん・しめじ きゃべつ ねぎ・もやし	ごはん さとう	ごまあぶら ごまあぶら ごま	616 26.4 23.9	なメニューをリク エストする権利が あた 与えられます。た くさん食べて す
22	金	こめっこパン (せわり)	牛乳 やきそば ヨーグルトあえ	ぶたにく	ぎゅうにゅう ヨーグルト	にんじん ピーマン	きゃべつ もやし みかん・パイン・もも	ごめパン やきそばめん	ごまあぶら	625 25.3 16.0	きたものをたくさ んのクラスがリク エストできるとす ばらしいですね。
25	月	わかめごはん	牛乳 にくじゃが こまつなサラダ	ぶたにく ツナ	ぎゅうにゅう わかめ	にんじん こまつな えだまめ	たまねぎ きゃべつ・しいたけ レモン・しらたき	ごはん じゃがいも さとう	ごまあぶら	617 22.7 16.7	【金】のメダル5枚 で賞状1枚で 
26	火	チキンライス	牛乳 オムレツ コンソメスープ オレンジ	とりにく ベーコン オムレツ	ぎゅうにゅう	にんじん こまつな	たまねぎ・マッシュルーム きゃべつ オレンジ	ごはん じゃがいも	ごまあぶら	628 24.5 21.9	
27	水	まるパン	牛乳 ハンバーグトマトソース きのこチャウダー	とりにく・ぶたにく ベーコン	ぎゅうにゅう なまクリーム	にんじん パセリ とまと	たまねぎ エリンギ・しめじ マッシュルーム	パン じゃがいも さとう	ごまあぶら	667 26.0 27.4	
28	木	ごはん	牛乳 あつあげとちくわのちゅうかあじ はるまき ヨーグルト	ちくわ あつあげ	ぎゅうにゅう	にんじん きぬさや	はくさい・しょうが たまねぎ・にんにく ねぎ・しめじ・きくらげ	ごはん はるまきのかわ かたくりこ	ごまあぶら	645 19.4 24.1	
29	金	しょくパン	牛乳 ジャーマンポテト ミートボールスープ スライスチーズ	ベーコン とりにく ぶたにく	ぎゅうにゅう チーズ	にんじん こまつな パセリ	たまねぎ きゃべつ しめじ	パン じゃがいも	バター ごまあぶら	628 25.9 24.9	

※材料の都合で献立変更もあります。※ごはんはすべて太田市でとれたお米を使用しています。
※野菜はすべて加熱してあります。 ※朝ごはんは必ず食べて登校しましょう。

9月分の給食費の引き落としは、9月26日(火)です。
スムーズに振替ができますよう準備をお願いします。

お知らせ (太田市教育委員会 学校施設管理課 学校給食係より)
太田市では放射性物質測定検査を行っています。太田市立休泊小学校の7月4日の給食(献立名:豚キムチ シュウマイ 中華スープ オレンジ)は、測定下限値の10ベクレル/kg未満でした。
(太田市ホームページ→注目情報「放射線量・放射性物質測定」→「市内学校給食食材における放射性物質の測定結果」に掲載されています)

1.検査結果 学校給食用物資(精米)の放射性物質検査結果について

名称	原料の産地	採取日	測定日	測定核種	検査結果(Bq/kg)	検出限界(Bq/kg)
太田市米	太田市	2017/7/7	2017/7/8	放射性ヨウ素 (¹³¹ I)	検出せず	1.2
				放射性セシウム (¹³⁴ Cs)	検出せず	1.1
				放射性セシウム (¹³⁷ Cs)	検出せず	1.5
				放射性セシウム合計	検出せず	

2.検査機関 : (株)江東微生物研究所

3.測定方法 : ゲルマニウム半導体検査器を用いたγ線スペクトロメトリーによる核種分析法