平成24年1月予定献立表

【酒々井中学校】　☆1月は酒々井小学校６年生のリクエスト献立を取り入れています。

酒々井町
学校給食センター

日	曜日	主食 / 添加物	牛乳	おかず	デザート	主な材料と働き 1群 魚・肉・卵 豆・豆製品	主な材料と働き 2群 牛乳・小魚 海藻	主な材料と働き 3群 緑黄色野菜	主な材料と働き 4群 その他の野菜・果物	主な材料と働き 5群 穀類 いも類 砂糖	主な材料と働き 6群 油脂	栄養価 熱量(kcal) たんぱく質(g)	ひとくちメモ
10	火	**給食費口座振替日（千葉銀行）**											
11	水	ちらし寿司（手巻きのり）	○	厚焼き玉子 おひたし 白玉雑煮　クラスに１個 型抜きにんじん入り☆	紅白ゼリー	卵　鶏肉 かまぼこ なると	牛乳 のり	ほうれん草 にんじん 小松菜	もやし　れんこん 大根　かんぴょう 干ししいたけ	米 白玉もち ゼリー	ごま油 ごま	815 28.7	３学期の給食のはじまりです。今年も給食センターで、栄養バランスのよい、おいしい、安全な給食を作りたいと思います。どうぞよろしくお願いします。
		給食費口座振替日（京葉銀行・JA成田市）											
12	木	ご飯	○	松風焼き 五目きんぴら 田舎汁	まめと昆布	豚肉　味噌 さつまあげ 生揚げ 大豆　鶏肉	牛乳 昆布	にんじん さやいんげん	れんこん こんにゃく 大根　ねぎ ごぼう	米　砂糖 じゃが芋	大豆油 サラダ油 ごま	819 34.2	お正月に食べるおせち料理には、さまざまな願いが込められています。詳しくはお昼の放送でお知らせします。
13	金	酒々井小6年2組リクエスト献立 ココア 揚げパン	○	鶏の香草焼き２個 ブロッコリーサラダ(ドレッシング) ミネストローネ	レモンソーダゼリー	鶏肉 ベーコン	牛乳 粉チーズ	ブロッコリー にんじん パセリ	コーン 玉ねぎ セロリ　かぶ にんにく	パン　砂糖 じゃが芋 マカロニ ゼリー	大豆油 オリーブ油	816 33.4	**酒々井小6年2組さんより** 赤・黄・緑の食品を取り入れて、栄養バランスを整えました。→洋風に統一された、栄養バランスのよい献立です。
16	月	ご飯	○	さばの味噌煮 ほうれん草和風サラダ なめこ汁	ヨーグルトレーズンいちご味	さば 豆腐 味噌	牛乳 のり ヨーグルト	ほうれん草 にんじん	えのき茸 大根　ねぎ なめこ レーズン	米　砂糖	サラダ油	794 29.6	**冬においしい ほうれん草** 冬のほうれん草は、夏に比べて栄養価も高く、おいしいので、ぜひたくさん食べましょう。
		給食費口座振替日（郵便局）											
17	火	麦ご飯（韓国のり）	○	豆腐のチゲ風 大豆の磯煮	ぽんかん	鶏肉　大豆 竹輪　豚肉 油揚げ　味噌 焼き豆腐	牛乳 のり ひじき	にんじん にら	しらたき 玉ねぎ　大根 キムチ もやし　ぽんかん	米　麦 砂糖	サラダ油	783 31.0	韓国のりは、6年３組さんのリクエストです。塩とごま油味ののりがおいしいですね。
18	水	ご飯	○	ポークカレー オニオンドレッシングサラダ 福神漬け	りんご	豚肉	牛乳 粉チーズ	にんじん	玉ねぎ　生姜 にんにく　コーン きゃべつ きゅうり　りんご	米 じゃが芋 小麦粉	サラダ油 マーガリン	891 25.3	1月22日は、「カレーライスの日」です。今月は、ポークカレーの登場です。
19	木	酒々井小6年3組リクエスト献立 ご飯	○	ぶりの照り焼き ポテトサラダ 酒々井味噌の豚汁	さつま芋プリン	ぶり　豚肉 豆腐　味噌	牛乳	にんじん	きゅうり コーン　玉ねぎ 大根　ごぼう ねぎ　こんにゃく	米　里芋 じゃが芋 さつま芋 プリン	マヨネーズ	884 33.7	**酒々井小6年3組さんより** 魚の種類で迷いました。→冬に食べるとおいしい「ぶり」を選んでくれました。おいしくいただきましょう。
20	金	煮込みうどん いなり寿司	○	かき揚げ 里芋のそぼろ煮	雪見大福	鶏肉 なると 油揚げ 豚肉	牛乳	にんじん 小松菜 菜の花	干ししいたけ ねぎ　玉ねぎ	うどん　里芋 さつま芋 砂糖　でんぷん 小麦粉　米 雪見大福	大豆油	782 24.5	まだまだ寒い日が続きますが、かき揚げの中には、「食べる春」が入っています。一体なんでしょう？菜の花です☆
		給食費口座再振替日（京葉銀行・郵便局・JA成田市）											
23	月	麦ご飯	○	錦糸しゅうまい１個 野菜の中華和え マーボー豆腐	杏仁豆腐	豚肉　卵 味噌 竹輪　豆腐	牛乳	にんじん チンゲンサイ にら	もやし 干ししいたけ にんにく 生姜　ねぎ	米　麦　砂糖 しゅうまいの皮 でんぷん 杏仁豆腐	ごま油 ごま サラダ油	880 32.7	「しゅうまい」とは、中国料理の中で軽い食事代わりとなる点心のひとつです。
24	火	**1月24～30日：学校給食週間** ご飯（ふりかけ）	○	あじのさんが焼き さつま芋の揚げ煮 酒々井粕汁	にんじんゼリー	あじ　豚肉 油揚げ 味噌	牛乳 のり	にんじん さやいんげん 菜の花	こんにゃく ごぼう 大根 干ししいたけ	米　酒粕 さつま芋 砂糖　ゼリー	大豆油 サラダ油 ごま	864 35.2	**1月24日は「給食記念日」** ちなみに30日までは「学校給食週間」です。詳しくは、お昼の放送で紹介します。
25	水	米粉パン（チョコクリーム）	○	ツナとコーンのサラダ ポークビーンズシチュー	キウイフルーツ	ツナ 豚肉 大豆	牛乳	にんじん	きゃべつ　コーン きゅうり　玉ねぎ にんにく　生姜 グリンピース キウイフルーツ	パン じゃが芋 チョコクリーム	マヨネーズ サラダ油	752 32.2	千葉県産の米の粉を使って作った「米粉パン」の登場です。
		給食費口座再振替日（千葉銀行）											
26	木	ご飯（納豆）	○	ビッグ肉団子2個 ごぼうチップスサラダ(ドレッシング) けんちん汁	果汁グミ	豚肉　納豆 鶏肉　豆腐	牛乳	にんじん 小松菜	コーン　大根 きゅうり ごぼう　ねぎ こんにゃく	米 里芋 グミ	大豆油	852 30.8	ごぼうチップスサラダは、ささがきにしたごぼうを一度素揚げしたものをトッピングするサラダです。
27	金	ピラフ	○	鱈のきのこソースかけ ごまだれサラダ(ドレッシング) 白菜のクリームスープ		鶏肉　たら ベーコン 白いんげん豆	牛乳 粉チーズ スキムミルク	にんじん ブロッコリー	しめじ　生姜　ねぎ えのき茸　もやし きゅうり　セロリ エリンギ　にんにく 玉ねぎ　白菜　コーン	米 小麦粉 砂糖	大豆油 バター ごま オリーブ油	863 33.9	**冬においしい魚～たら～** 12～2月ごろがおいしい魚です。白身の魚で、味は淡白な魚です。
30	月	ご飯（のり佃煮）	○	ポークソテー味噌ソースかけ 切干大根の煮物 つみれ汁	牛乳プリン	豚肉　味噌 油揚げ いわし	牛乳 のり	にんじん さやいんげん 小松菜	干ししいたけ 切干大根 ごぼう　生姜 大根　ねぎ	米　砂糖 里芋 プリン	大豆油 サラダ油 落花生	894 34.9	つみれ汁は、千葉県の郷土料理（ふるさとの味）です。いわしなどの魚を団子にしたものを入れます。
31	火	酒々井小6年1組リクエスト献立 (セルフ味噌ラーメン)中華麺	ミルメーク●コーヒー	ハムチーズピカタ もやしのナムル ピリ辛味噌ラーメンスープ	さつま芋蒸しパン	豚肉　味噌 ハム　卵	牛乳 チーズ わかめ	にんじん にら ほうれん草	にんにく もやし　生姜 きゃべつ ねぎ　コーン	中華麺 さつま芋 小麦粉 ミルメーク	サラダ油 ごま油 ごま	773 30.7	**酒々井小6年1組さんより** 寒い季節に体が温まるラーメンにしました。風邪をひきにくいように、野菜をたっぷり入れました。→風邪予防も考えたすばらしい献立になりました。

★食材等の都合により、献立を変更する場合がありますので、ご了承ください。

★★★1月24日から30日は、学校給食週間です★★★

戦後、食べ物がないときに、日本の子どもたちを助けようと、世界中の国々から粉ミルクや缶詰が送られてきました。「学校給食週間」には、この世界中の人々の温かい心によって、学校給食が再開されたことを記念する１週間です。

この期間を通して、給食の歴史を振り返り、食べ物の大切さや作る人の思いを知り、感謝の気持ちを持って食事をすることができるようになってほしいと思います。

★学校給食摂取基準★
（12～14歳の場合）

熱量：850kcal

たんぱく質：28g

（範囲：19～35g）

～学校給食用食材の放射性物質検査結果について～

福島第一原子力発電所の事故に関連して、各都道府県単位において、放射性物質検査が行われており、基準値を超えた食材は流通させない取り組みがなされています。それぞれの結果については、各都道府県のホームページで随時公表されています。

また11月末には、酒々井町の学校給食で使用した食材についても、放射性物質検査を行いましたのでお知らせします。

今回３品目分析した結果、全ての検体で放射性ヨウ素及び放射性セシウムは検出されませんでした。

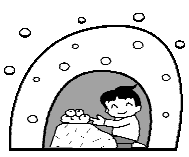
１．検査結果について

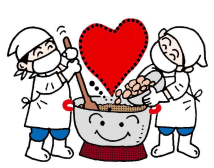
・検査依頼日：平成23年11月30日　　・測定結果日：平成23年12月2日

・検査機関：株式会社 江東微生物研究所（測定施設：食品分析センターつくば分室）

検査品目	生産地	測定結果 ヨウ素131	セシウム134	セシウム137	納品日
長ねぎ	茨城県	検出せず	検出せず	検出せず	11月29日
きゃべつ	千葉県（銚子市）	検出せず	検出せず	検出せず	11月29日
にら	茨城県	検出せず	検出せず	検出せず	11月29日

※「検出せず」とは、検出限界値(10Bq/kg)を超えないことを意味します。（飲料水・食品関連）





２．今後について

酒々井町では、給食センターに給食食材の放射線測定器を１台設置することとなりました。

これからも「食の安全」について十分留意し、給食事業に取り組みたいと考えております。

ご理解くださいますよう、よろしくお願いいたします。

今月の酒々井産

★献立表の材料＿＿下線が酒々井産の食材です。