

# 給食だより



さいたま市立土呂中学校

令和2年7月 給食室

7月後半になっても長雨が続きジメジメした日が続いていますが、梅雨があけて夏休みに入るころには夏らしい天気になっているでしょう。

夏をのり切るためには、なんといっても体力です。体力をつけるためには『食事・運動・睡眠』が大事！どれか1つを欠いてもバランスが崩れてしまいます。また、今年は例年以上に熱中症にも気をつけましょう。マスクを着用していることで口元が潤っている為、のどの渇きを感じにくく、熱がこもって上がった体温が下がりづらいので、よりこまめな水分補給をする等対策が必要です。

もうすぐ夏休みですが、休みに入ると、夜遅くまで起きていたり、朝寝坊をして朝食を食べなかったりしがちです。一度生活リズムがくずれてしまうと立て直すことは大変ですので、休みに入っても今までと同じような生活リズムを続けましょう。

**6組の体験活動で皮むきしたトウモロコシを給食で提供しました。**

## 当日の献立

- ・海鮮焼きそば
- ・牛乳
- ・蒸しとうもろこし



ソーシャルディスタンスを保ちながら、それぞれ真剣に取り組んでいます！



土呂中全員分で240本！！



## ☆～食に感謝～☆

夏休み中はお昼ごはんづくりにチャレンジしませんか？  
自分のためだけでなく、ぜひ家族など「誰かのために」作ってみましょう。

長い臨時休校で学校給食も停止し、給食再開までの約3か月、ご家庭での協力や支えは大変であったと思います。

6月からの牛乳給食に始まり、感染症予防対策のため、給食の時間も準備や配膳方法など変化した部分もありますが、献立など徐々に通常の給食に戻りつつあります。

今まで私たちは当たり前のように毎日、給食を含め3度の食事を食べていますが、それは生産者、加工・卸食品業者、運送業者、調理してくれる人など、さまざまな方の働きによって提供されているものです。また、同時にわたしたちは生きものの命をいただいて、生かされています。たくさんの支えによって、自分は生かされているということを理解して、食への感謝の気持ちをいつも忘れないでほしいと願っています。



15分で作れる簡単昼ごはん

夏ばて予防に！

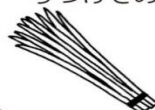
にらたまそうめんチャンプルー

材料（1人分）

そうめん 1束 卵 1個 にら 2株 もやし 1/3袋 ハム 3枚 のり（刻んだもの） 適量 ごま油 適量 塩・こしょう 少々

作り方

- ①にらはざく切り、ハムは千切りにしておく。
- ②そうめんをゆでて、ざるに取り、ごま油を少々加えてほぐしておく。
- ③フライパンを熱してごま油を入れ、①ともやしを炒める。割りほぐした卵を加えて混ぜ、塩こしょうで味をととのえる。
- ④③に②を入れてざっくり混ぜ、皿に盛りつけてのりをかける。



# 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  
さいたま市立土呂中学校

## ～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
		小麦(パン・麺)	埼玉県、アメリカ、カナダ
	牛乳	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

### ○ 6月15日 ~ 7月29日

		食材	産地実績
青果類		にんじん	埼玉、長野、青森
		ブロッコリー	埼玉、長野
		長ねぎ	埼玉、茨城
		なす	埼玉、長野
		チンゲン菜	埼玉
		小松菜	埼玉、群馬、茨城
		きゃべつ	埼玉、千葉、群馬
		きゅうり	埼玉
		どうもろこし、ゴーヤ	埼玉
		大豆、枝豆、パセリ	北海道
		白いんげん豆	北海道
		にんにく	青森、香川
		ごぼう、大根	青森
		さやえんどう	福島、岩手
		玉ねぎ	栃木、兵庫
		ほうれん草、もやし	栃木
		セロリ、ズッキーニ	長野
		エリンギ、しめじ、えのき	長野
		トマト	秋田
		いんげん	茨城
		ピーマン	茨城、岩手
		にら	茨城、群馬、山形
		マッシュルーム	千葉
		冬瓜	愛知
		生姜、オクラ	高知
		じゃがいも	長崎、茨城
		かぼちゃ	茨城、メキシコ
	すいか	新潟	
	メロン	千葉	
	冷凍パイナップル	沖縄	
	冷凍みかん	愛媛	
	冷凍マンゴー	フィリピン	
肉類		豚肉	埼玉
		鶏肉	岩手
魚類		ししゃも	ノルウェー
		あじ	ニュージーランド
		エビ	東南アジア、インド、パキスタン
		鯖	ノルウェー
		帆立	青森
	いか	ペルー	
	さわら	東シナ海	
その他		鶏卵	埼玉
		茎わかめ	岩手、宮城
		鶏卵	埼玉
		青海苔	愛知
		ひじき	九州
		りんご(缶)	国産
		黄桃(缶)	国産
	みかん(缶)	国産	

※調味料、加工食品等は記載していません。検取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>

7月20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	放射性セシウム計
6/23	ジャガイモ	<4	<5.9	-
6/30	小麦	<1.2	<1.1	-
6/30	スモモ	<5.7	<5.3	-
6/30	スイートコーン	<4.6	<4.5	-

※「<4」とは、検査機器で測定できる検出限界値4Bq/kg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>

7月20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
6/24	精白米(統一規格米)	<1.8	<3.7
6/10	小麦粉(パン・うどん用)	<1.8	<4.3
6/10	小麦粉(パン・ソフトめん用)	<2.1	<3.6
3/31	小麦粉(中華めん用)	<1.8	<4.3

※「<1.8」とは、検査機器で測定できる検出限界値1.8Bq/kg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>

7月20日現在

製造日 月 日	品 目	検査結果
		放射性セシウム計
7/6	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>

7月20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
5/28	(茨城県)キャベツ	<0.922	<0.741	<1.7
5/28	(茨城県)きゅうり	<2.13	<2.12	<4.3
7/9	(群馬県)なす	<2.19	<2.26	<4.5
7/9	(茨城県)ねぎ	<2.24	<2.21	<4.5

※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)

### ○ さいたま市学校給食の検査について

学校給食は、基本的には安全であると考えておりますが、保護者の皆さまに、より一層安心していただくことができるように、学校給食で使用予定の食材について、事前に検査を実施しております。

#### <学校給食の検査結果>

7月20日現在

使用日 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
7/8	(栃木県)玉ねぎ	<9.0	<8.0	<17.0
7/8	(北海道)大根	<9.1	<8.0	<17.2
7/15	(栃木県)もやし	<9.2	<8.2	<17.4
7/15	(埼玉県)小松菜	<9.3	<8.2	<17.5

※「<9.0」とは、検査機器で測定できる測定下限値9.0Bq/kg未満であることを示します。

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)