

令和7年2月 中学校給食献立表 使用食品一覧

日曜	主 食	飲 物	お か ず	赤の食品(血や肉になる)		黄色の食品(働く力になる)		緑の食品(体の調子を整える)		その他	※特定原材料 情報 (飲用乳除く)
				たんぱく質	ミネラル	炭水化物	脂質	ビタミン			
				肉・魚・卵 豆・豆製品	海藻・小魚 牛乳・乳製品	米・パン・麺 いも・砂糖	油脂	緑黄色野菜	淡色野菜・果物・きのこ		
3 月	こぎつねずし	牛乳	いわしのかば焼き風 華風和え きなこ豆 ほうれん草とえのきのすまし汁	油揚げ、まいわし、 炒り大豆、きな粉、 鶏肉	★牛乳	米、砂糖、片栗粉	油、ごま油、 ごま	にんじん、こま つな、ほうれん そう	キャベツ、ホールコーン、えのき たけ	水、米酢、食塩、だし用かつおぶし、 しょうゆ、本みりん、酒、薄口しょう ゆ	小麦・大豆・鶏 肉・ごま
4 火	ごはん	牛乳	筑前煮 大根サラダ 揚げしゅうまい 豆腐とわかめのみそ汁	鶏肉、揚げボール、 しゅうまい、豆腐、 白みそ	わかめ、★牛乳	米、麦、こんにゃ く、砂糖、じゃがい も	油	にんじん、さや いんげん	ごぼう、だいこん、きゅうり、 ホールコーン、たまねぎ	水、だし用かつおぶし、本みりん、 しょうゆ、食塩、米酢、からし、だし 用煮干	小麦・大豆・鶏 肉・豚肉・ごま
5 水	中華丼	牛乳	さわらの香味焼き 具だくさんきんぴら 湘南ゴールドゼリー	さわら、さつま揚 げ、豚肉、えび、い か	★牛乳	米、麦、つきこん にやく、砂糖、片栗 粉	ごま油、ご ま、油	にんじん、さや いんげん、こま つな	しょうが、たまねぎ、ねぎ、ごぼ う、りょくとうもやし、にんに く、たけのこ、はくさい	水、しょうゆ、酒、本みりん、食塩、湘 南ゴールドゼリー、コンソメ、オイ スターソース	小麦・いか・え び・大豆・鶏 肉・豚肉・セラ チン・ごま
6 木	ごはん	牛乳	生揚げの五目炒め煮 ごまのり和え 鶏ささみのレモン煮 大根のスープ	豚肉、八丁みそ、生 揚げ、鶏肉	きざみのり、★ 牛乳	米、麦、砂糖、片栗 粉、小麦粉	油、ごま	にんじん、チン ゲンサイ	にんにく、しょうが、たけのこ、 ねぎ、きゅうり、りょくとうもや し、レモン、たまねぎ、だいこん	水、酒、しょうゆ、トウバンジャン、 コンソメ、薄口しょうゆ、米酢、食 塩、白こしょう	小麦・大豆・鶏 肉・豚肉・セラ チン・ごま
7 金 	カツカレー 福神漬	ブ レ ジ ョ ア	ゆで野菜のドレッシング和え さつまいもの甘煮	豚肉、★卵	★はっこう乳	米、麦、小麦粉、パン 粉、砂糖、さつま いも	油、★バター	にんじん	福神漬、キャベツ、りょくとうも やし、きゅうり、たまねぎ、にん にく、しょうが	水、食塩、白こしょう、米酢、薄口 しょうゆ、からし、本みりん、しょう ゆ、カレー粉、ワイン(赤)、トマ トケチャップ、中濃ソース、ウスター ソース、コンソメ	小麦・卵・乳・ 大豆・鶏肉・豚 肉・りんご・セ ラチン
10 月 	ごはん	牛乳	たらの生姜あんかけ 塩肉じゃが みそドレッシングサラダ かきたま汁	たら、豚肉、白み そ、焼き竹輪、★卵	★牛乳	米、麦、片栗粉、砂 糖、じゃがいも	油	にんじん、さや いんげん、こま つな、ほうれん そう	しょうが、たまねぎ、キャベツ、 ねぎ	水、食塩、酒、だし用かつおぶし、 しょうゆ、薄口しょうゆ、本みりん、 米酢	小麦・卵・大 豆・豚肉
12 水	コーンライス	牛乳	鶏肉のブロヴァンサルソースがけ マカロニサラダ ブロッコリーとカニかまのソテー 白菜のスープ	鶏肉、ボンレスハ ム、かに風味かま ぼ、豚肉	★牛乳	米、麦、砂糖、マカ ロニ	オリーブ油、 油	トマト、にんじ ん、ブロッコ リー	ホールコーン、しょうが、にんに く、たまねぎ、きゅうり、はくさ い	水、コンソメ、食塩、ワイン(白)、 本みりん、しょうゆ、トマトケ チャップ、白こしょう、バジル(粉)、 パセリ(乾)、米酢、からし、黒こ しょう、だし用鳥ガラ、ペーリーフ	小麦・かに・大 豆・鶏肉・豚 肉・セラチン
13 木	ごはん	牛乳	豚肉とキャベツのスタミナ炒め いかのかりん揚げ デコボン 里芋のみそ汁	豚肉、いか、油揚 げ、白みそ	わかめ、★牛乳	米、麦、はるさめ、 片栗粉、小麦粉、上 新粉、砂糖、里芋	油	にんじん、にら	たまねぎ、キャベツ、にんにく、 しょうが、しらぬひ	水、酒、オイスターソース、トウバン ジャン、しょうゆ、食塩、白こしょ う、本みりん、だし用煮干	小麦・いか・オ レンジ・大豆・ 豚肉
14 金 	ごはん	牛乳	カレーコロッケ ひじきのサラダ 揚げボールのだし煮 もやしのみそ汁	豚肉、白いんげん 豆、★卵、揚げボ ール、高野どうふ、白 みそ	ひじき、★牛乳	米、麦、じゃがい も、小麦粉、パン 粉、砂糖	油	にんじん	たまねぎ、キャベツ、きゅうり、 ホールコーン、りょくとうもやし 、ねぎ	水、ウスターソース、カレー粉、食 塩、白こしょう、酒、しょうゆ、本み りん、米酢、薄口しょうゆ、からし、 だし用かつおぶし、だし用煮干	小麦・卵・大 豆・豚肉・りん ご
17 月	ごはん	牛乳	さばのごまケチャップソース 生揚げと大根の煮物 ゆかり和え 五目スープ	さば、生揚げ、豚 肉、鶏肉	短冊昆布、★牛 乳	米、麦、片栗粉、小 麦粉、砂糖	油、ごま	にんじん	にんにく、だいこん、キャベツ、 りょくとうもやし、きゅうり、た まねぎ、しめじ、たけのこ	水、食塩、酒、トマトケチャップ、中 濃ソース、しょうゆ、本みりん、ゆか り、コンソメ、白こしょう	小麦・さば・大 豆・鶏肉・豚 肉・りんご・セ ラチン・ごま
18 火 	揚げパン	牛乳	ポトフ風煮 和風ペンネ ほうれん草のサラダ	鶏肉、ウインナー、 豚肉、かつおぶし	★牛乳	★コッペパン、グ ラニュー糖、じゃ がいも、ペンネ、砂 糖	油、オリーブ 油	にんじん、ブ ロccoli、さ やいんげん、ほ うれんそう	たまねぎ、だいこん、エリンギ、 にんにく、りょくとうもやし、 ホールコーン	水、ペーリーフ、ガラスープ、コンソ メ、食塩、白こしょう、本みりん、 しょうゆ、米酢	小麦・乳・大 豆・鶏肉・豚 肉・セラチン
19 水 	ごはん	牛乳	豆腐ハンバーグトマトソース ガーリックポテト 生姜ドレッシングサラダ コンスープ	豚肉、豆腐、★卵	ひじき、★スキ ムミルク、★生 クリーム、★牛 乳	米、麦、パン粉、砂 糖、片栗粉、じゃが いも、小麦粉	油、★バター	さやいんげん、 こまつな、にん じん	たまねぎ、にんにく、キャベツ、 りょくとうもやし、しょうが、ク リームコーン、ホールコーン	水、ナツメグ(粉)、食塩、白こしょ う、トマトケチャップ、中濃ソース、 しょうゆ、米酢、薄口しょうゆ、コン ソメ	小麦・卵・乳・ 大豆・鶏肉・豚 肉・りんご・セ ラチン
20 木	ごはん	牛乳	鶏肉と野菜のうま煮 ゆず香和え 小魚のいり煮 玉ねぎのみそ汁	鶏肉、おからパウ ダー、白みそ	かえり煮干、わ かめ、★牛乳	米、麦、じゃがい も、砂糖、片栗粉、 上新粉	油、ごま	にんじん、さや いんげん、こま つな	たまねぎ、たけのこ、しょうが、 キャベツ、りょくとうもやし、ゆ ず	水、だし用かつおぶし、本みりん、 しょうゆ、食塩、薄口しょうゆ、酒、 だし用煮干	小麦・大豆・鶏 肉・ごま
21 金 	チャーハン	牛乳	白身魚の更紗揚げ 春雨のひき肉炒め オレンジ トックスープ	豚肉、★卵、メル ルーサ、鶏肉	★牛乳	米、麦、片栗粉、小 麦粉、砂糖、はるさ め、トック(韓国も ち)	油	にんじん、チン ゲンサイ	しょうが、ねぎ、グリーンピース、 たまねぎ、たけのこ、キャベツ、 オレンジ、だいこん	水、食塩、コンソメ、白こしょう、 しょうゆ、酒、カレー粉、オイスター ソース	小麦・卵・オレ ンジ・大豆・鶏 肉・豚肉・セラ チン
25 火	ごはん	牛乳	鶏肉の塩から揚げ 豚肉と大根のうま煮 ブロッコリーのレモン酢和え 辛味豆腐汁	鶏肉、豚肉、豆腐、 白みそ	★牛乳	米、麦、砂糖、片栗 粉、小麦粉	油	にんじん、さや いんげん、ブ ロccoli、に ら	しょうが、にんにく、だいこん、 ホールコーン、レモン、はくさ い、えのきたけ	水、酒、ガラスープ、食塩、白こしょ う、本みりん、しょうゆ、米酢、薄口 しょうゆ、トウバンジャン、だし用 煮干	小麦・大豆・鶏 肉・豚肉
26 水	ビビンバ丼	牛乳	竹輪の磯辺揚げ 切干し大根のはりはり漬け ひじきのスープ	豚肉、みそ、竹輪、 鶏肉	あおのり、細切 昆布、ひじき、★ 牛乳	米、麦、砂糖、片栗 粉、小麦粉	油、ごま油、 ごま	にんじん、こま つな	にんにく、しょうが、ねぎ、りょ くとうもやし、切干大根、たまね ぎ	水、しょうゆ、コチュジャン、本みり ん、食塩、米酢、薄口しょうゆ、コン ソメ、白こしょう	小麦・大豆・鶏 肉・豚肉・セラ チン・ごま
27 木 	くろパン	牛乳	鮭のきのこバターソースがけ ジャーマンポテト 豆サラダ ABCスープ	さけ、ベーコン、大 豆、ボンレスハム	★牛乳	★黒パン、片栗粉、 小麦粉、じゃがい も、砂糖、アルファ ベットマカロニ	油、★バター	にんじん	たまねぎ、えのきたけ、しめじ、 レモン、ホールコーン、きゅう り、キャベツ	しょうゆ、酒、本みりん、食塩、黒こ しょう、パセリ(乾)、米酢、からし、 水、だし用鳥ガラ、ペーリーフ、コン ソメ、白こしょう	小麦・乳・さ け・大豆・鶏 肉・豚肉・セラ チン
28 金	ごはん	牛乳	肉じゃが キャベツのごま和え わかさぎのから揚げ 大根のみそ汁	豚肉、高野どうふ、 白みそ	わかさぎ、わか め、★牛乳	米、麦、しらたき、 砂糖、じゃがいも、 小麦粉、片栗粉	油、練りご ま、ごま	にんじん、さや いんげん、こま つな	たまねぎ、キャベツ、りょくとう もやし、だいこん	水、酒、だし用かつおぶし、本みり ん、しょうゆ、食塩、だし用煮干	小麦・大豆・豚 肉・ごま

※食物アレルギー対応献立における追加食品 ……18日(火) 米・麦 27日(木) 米・麦

《食物アレルギーに関する情報について》

- ・「卵」「牛乳・乳製品」を含む食材に★マークがついています。
- ・食物アレルギー対応食が提供される日は🍀マークがついています。食物アレルギー対応食は、★マークの食材を除去等対応の対象としています(※飲み物の牛乳・はっこう乳等を除く)。
- ・給食はすべて共通の施設で調理しているため、コンタミネーションの可能性があることをご了承ください。なお、海産物(わかめ・しらす等)は、えび・かにが混入する可能性があります。
- ・献立別の食物アレルギーに関する情報を必要とされる方へ「アレルギー詳細献立表」を、加工品及び調味料等の配合内容を必要とされる方へ「加工品等配合割合一覧表」を作成しています。鎌倉市ホームページからダウンロードできます。

※特定原材料

消費者庁より、表示が義務付けられている8品目(※1)、及び表示が推奨されている20品目(※2)について表示しますので、給食予約の参考にしてください。

(※1)特定原材料: 卵・乳・小麦・そば・えび・かに・落花生・くるみ

(※2)特定原材料に準ずるもの: あわび・いか・いくら・オレンジ・キウイフルーツ・牛肉・さけ・さば・ゼラチン・大豆・鶏肉・バナナ・豚肉・まつたけ・もも・やまいも・りんご・ごま・カシューナッツ・アーモンド

2月5日の給食に『鎌倉海藻ポーク』を使用します

鎌倉海藻ポークとは、通常は捨てられてしまう海藻を加工して飼料にして育てた、鎌倉発のフランド豚です。海岸に打ち上げられた海藻を拾い集めて洗って乾燥させ、細かく刻んだり砕いたりして飼料に加工しますが、これらの作業は、市内にある福祉施設の利用者の方々が行っています。鎌倉海藻ポークができるまでには、たくさんの方々の協力があつて成り立っています。

2月5日の給食では、鎌倉海藻ポークを中華丼で提供します。「水産+福祉+畜産」の連携で生まれた鎌倉海藻ポークに、ぜひ注目して食べてほしいと思います。



↑ 鎌倉の海岸に打ち上げられた海藻

お知らせ

ID・パスワードをお忘れの方へ

▶ メールアドレスを登録している方

予約システムのログイン画面で「パスワード照会」をクリックし、メールアドレスを入力してください。ご登録のメールアドレスに、利用者IDとパスワードが記載されたメールが届きます。

▶ メールアドレスを登録していない方

中学校の給食受入室で「各種書類発行依頼書」を受け取り、必要事項を記入して給食受入室のポストに投函してください。約5日後、学校を通じて「認証情報通知書」をお届けします。

3年生の保護者の方へ
受験などで給食を
キャンセルする際に必要です！