

令和7年5月 中学校給食献立表 使用食品一覧

日曜	主食	飲み物	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		
1木	ごはん	牛乳	生揚げの五目炒め煮 いかのから揚げ 磯香和え もずくスープ	豚肉、八丁みそ、生揚げ、いか、かに風味かまぼこ	きざみのり、もずく、★牛乳	米、麦、砂糖、片栗粉、小麦粉	油	にんじん、チンゲンサイ、こまつな	にんにく、しょうが、たけのこ、ねぎ、キャベツ、りょくとうもやし、たまねぎ、しめじ	水、酒、しょうゆ、トウバンジャン、コンソメ、本みりん、食塩、だし用かつおぶし、白こしょう	小麦・いか・かに・大豆・鶏肉・豚肉・セラチン
2金	ごはん	牛乳	かつおの揚げ煮 マカロニのカレーソテー 酢みそ和え 若竹汁	かつお、ベーコン、焼き竹輪、白みそ	わかめ、★牛乳	米、麦、片栗粉、小麦粉、砂糖、マカロニ	油	にんじん	しょうが、にんにく、たまねぎ、キャベツ、りょくとうもやし、えのきたけ、たけのこ	水、しょうゆ、酒、本みりん、コンソメ、カレー粉、トマトケチャップ、食塩、白こしょう、パセリ(乾)、米酢、からし、だし用かつおぶし	小麦・大豆・鶏肉・豚肉・セラチン
7水	ごはん	ジュリンゴ	鶏肉のレモンソースがけ ひじきのサラダ さつま揚げと大根の炒め煮 玉ねぎのみそ汁	鶏肉、さつま揚げ、油揚げ、白みそ	ひじき	米、麦、片栗粉、砂糖	油	にんじん	レモン、キャベツ、ホールコーン、だいこん、たまねぎ、りんごジュース	水、しょうゆ、酒、食塩、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・大豆・鶏肉・りんご・ごま
8木	ナン	牛乳	ドライカレー パンパンジー風サラダ 大学いも ABCスープ	豚肉、鶏肉、白みそ、ベーコン	★牛乳	ナン、小麦粉、砂糖、さつまいも、アルファベットマカロニ	油、練りごま、ごま油、黒ごま	にんじん	にんにく、しょうが、たまねぎ、グリーンピース、りょくとうもやし、きゅうり、ホールコーン、キャベツ	ワイン(赤)、トマトケチャップ、しょうゆ、カレー粉、コンソメ、食塩、本みりん、米酢、水、白こしょう、パセリ(乾)	小麦・大豆・鶏肉・豚肉・セラチン・ごま
9金	ごはん	牛乳	かじきの生姜ソースがけ 塩肉じゃが ブロッコリーのサラダ 鶏ごぼう汁	めかじき、豚肉、鶏肉、高野どうふ	★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、ブロッコリー	しょうが、たまねぎ、ごぼう、えのきたけ、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、からし	小麦・大豆・鶏肉・豚肉
12月	鶏そぼろ丼	牛乳	ゆかり和え 里芋の揚げ煮 豚汁	鶏肉、★卵、豚肉、油揚げ、豆腐、白みそ	★牛乳	米、麦、砂糖、里芋、片栗粉	油	さやいんげん、にんじん	しょうが、たまねぎ、キャベツ、りょくとうもやし、きゅうり、ごぼう、だいこん、ねぎ	水、酒、本みりん、しょうゆ、食塩、ゆかり、だし用かつおぶし	小麦・卵・大豆・鶏肉・豚肉
13火	ごはん	牛乳	さばの甘辛焼き ブロッコリー 豚肉とじゃがいもの炒め煮 わかめのサラダ 生揚げのみそ汁	さば、豚肉、生揚げ、白みそ	わかめ、★牛乳	米、麦、砂糖、つきこんやく、じゃがいも	油、ごま油	ブロッコリー、にんじん	りんご、しょうが、にんにく、たまねぎ、ねぎ、きゅうり、ホールコーン	水、酒、しょうゆ、トウバンジャン、本みりん、食塩、コンソメ、米酢、からし、だし用煮干	小麦・さば・大豆・鶏肉・豚肉・りんご・セラチン・ごま
14水	ごはん	牛乳	鶏肉のダッカルビ風 岩手揚げ フルーツ杏仁 もやしのスープ	鶏肉、大豆、★卵、豚肉	しらす干し(半乾燥品)、ひじき、★牛乳	米、麦、砂糖、片栗粉、さつまいも、小麦粉	油、ごま油	にんじん、にら、ピーマン	たまねぎ、キャベツ、にんにく、しょうが、りんご、もも缶、りょくとうもやし	水、酒、しょうゆ、トウバンジャン、本みりん、食塩、コンソメ、豆乳ゼリー、コンソメ、白こしょう	小麦・卵・大豆・鶏肉・豚肉・もも・りんご・セラチン・ごま
15木	ごはん	牛乳	豚肉の南蛮漬け 和風ペンネ みそドレッシングサラダ 五目スープ	豚肉、白みそ、鶏肉	★牛乳	米、麦、片栗粉、砂糖、ペンネ	油、オリーブ油	にんじん、ピーマン、さやいんげん、こまつな	たまねぎ、にんにく、キャベツ、ホールコーン、しめじ、たけのこ	水、しょうゆ、酒、米酢、本みりん、味噌、からし、食塩、だし用鳥ガラ、コンソメ、白こしょう	小麦・大豆・鶏肉・豚肉・セラチン
16金	ひじきごはん	牛乳	たらのごま揚げ ごぼうサラダ 切干し大根のカレー炒め ほうれん草のみそ汁	油揚げ、たら、ボンレスハム、豚肉、高野どうふ、白みそ	ひじき、★牛乳	米、麦、砂糖、片栗粉、小麦粉	黒ごま、ごま油	にんじん、さやいんげん、ほうれん草	ごぼう、きゅうり、たまねぎ、切干大根	水、酒、しょうゆ、だし用かつおぶし、本みりん、食塩、薄口しょうゆ、米酢、からし、カレー粉、トマトケチャップ、コンソメ、だし用煮干	小麦・大豆・鶏肉・豚肉・セラチン・ごま
19月	ごはん	牛乳	麻婆豆腐 根菜と桜えびのかき揚げ 華風和え レタスと卵のスープ	豚肉、みそ、木綿豆腐、鶏肉、★卵	さくらえび、★牛乳	米、麦、砂糖、片栗粉、★天ぷら粉	油、ごま油、ごま	にんじん	にんにく、しょうが、ねぎ、たまねぎ、ごぼう、キャベツ、きゅうり、レタス	水、トウバンジャン、酒、ガラスープ、甜面醬、しょうゆ、食塩、白こしょう、薄口しょうゆ、コンソメ	小麦・卵・えび・大豆・鶏肉・豚肉・セラチン・ごま
20火	ごはん	牛乳	ハンバーグマッシュルームソース ジャーマンポテト ゆで野菜のドレッシング和え 大根のスープ	豚肉、豆腐、★卵、ベーコン、鶏肉	★調理用牛乳、★牛乳	米、麦、パン粉、じゃがいも、砂糖	油、★バター	ほうれん草、にんじん	たまねぎ、マッシュルーム、キャベツ、りょくとうもやし、にんにく、だいこん	水、ナツメグ(粉)、食塩、白こしょう、デミグラスソース、トマトケチャップ、中濃ソース、しょうゆ、黒こしょう、パセリ(乾)、米酢、薄口しょうゆ、からし、だし用鳥ガラ、ペーリーフ、コンソメ	小麦・卵・乳・大豆・鶏肉・豚肉・りんご・セラチン
21水	グリーンピースごはん	牛乳	さわらの野菜あんかけ 和風チャブチェ ひじきの煮物 さつま汁	さわら、豚肉、高野どうふ、鶏肉、油揚げ、白みそ	ひじき、★牛乳	米、もち米、片栗粉、小麦粉、砂糖、はるさめ、つきこんやく	油、ごま油、ごま	にんじん、ピーマン、さやいんげん	グリーンピース、たけのこ、りょくとうもやし、えのきたけ、にんにく、たまねぎ、ホールコーン、キャベツ、ごぼう、だいこん、ねぎ	水、酒、食塩、だし用こんぶ、白こしょう、コンソメ、オイスターソース、しょうゆ、本みりん、だし用かつおぶし	小麦・大豆・鶏肉・豚肉・セラチン・ごま
22木	ソフトフランスパン ブルーベリージャム	牛乳	タンドリーチキン マセドアンサラダ キャベツとウインナーのソテー 豆乳スープ	鶏肉、ウインナー、豆乳	★ヨーグルト、★牛乳	★ソフトフランスパン、砂糖、じゃがいも、上新粉	油	にんじん	ブルーベリージャム、たまねぎ、にんにく、しょうが、きゅうり、ホールコーン、キャベツ、しめじ、クリームコーン	食塩、黒こしょう、しょうゆ、トマトケチャップ、カレー粉、パプリカ(粉)、米酢、からし、白こしょう、コンソメ、水	小麦・乳・大豆・鶏肉・豚肉・セラチン
23金	ごはん	牛乳	八宝菜 鶏肉と高野豆腐の揚げ煮 きゅうりとわかめの酢の物 ニラのみそ汁	豚肉、えび、高野どうふ、鶏肉、白みそ	わかめ、★牛乳	米、麦、片栗粉、上新粉、砂糖	油、ごま油	にんじん、こまつな、にら	しょうが、たけのこ、たまねぎ、きくらげ、キャベツ、ねぎ、きゅうり	水、酒、コンソメ、しょうゆ、オイスターソース、食塩、白こしょう、本みりん、七味とうがらし、米酢、だし用煮干	小麦・えび・大豆・鶏肉・豚肉・セラチン・ごま
26月	キャロットライス	牛乳	鮭のムニエル クリームソース コールスローサラダ ニョッキのトマトソース 豆腐スープ	さけ、ベーコン、鶏肉、豆腐	★スキムミルク、★生クリーム、★牛乳	米、麦、小麦粉、砂糖、ポテトニョッキ、片栗粉	油、★バター、オリーブ油	にんじん、ほうれん草、トマト、こまつな	たまねぎ、マッシュルーム、キャベツ、きゅうり、ホールコーン	水、コンソメ、食塩、白こしょう、ワイン(白)、米酢、からし、トマトケチャップ、中濃ソース、だし用鳥ガラ、しょうゆ	小麦・乳・さけ・大豆・鶏肉・豚肉・りんご・セラチン
27火	ごはん	牛乳	ブルコギ 鶏肉のから揚げ 切干し大根のナムル トックスープ	豚肉、みそ、鶏肉	★牛乳	米、麦、砂糖、片栗粉、小麦粉、トック(韓国もち)	油、ごま油	にんじん、にら、チンゲンサイ	たまねぎ、りょくとうもやし、ねぎ、にんにく、しょうが、りんご、切干大根、きゅうり、えのきたけ	水、酒、食塩、トウバンジャン、しょうゆ、本みりん、米酢、コンソメ、白こしょう	小麦・大豆・鶏肉・豚肉・りんご・セラチン・ごま
28水	ハヤシライス	牛乳	白身魚のスパイス揚げ 野菜ソテー 甘夏みかん	たら、豚肉	★牛乳	米、麦、片栗粉、上新粉、小麦粉、砂糖	油、★バター	にんじん、ほうれん草	キャベツ、ホールコーン、甘夏みかん、にんにく、しょうが、たまねぎ、マッシュルーム	水、食塩、酒、ミックス香辛料、白こしょう、コンソメ、中濃ソース、デミグラスソース、しょうゆ	小麦・乳・大豆・鶏肉・豚肉・りんご・セラチン
29木	ごはん 焼きのり	牛乳	親子煮 大根サラダ ブロッコリーの天ぷら キャベツのみそ汁	鶏肉、高野どうふ、★卵、油揚げ、白みそ	焼きのり、★牛乳	米、麦、砂糖、じゃがいも、片栗粉、小麦粉	油、★マヨネーズ	にんじん、ほうれん草、ブロッコリー	たけのこ、たまねぎ、だいこん、きゅうり、ホールコーン、キャベツ	水、酒、だし用かつおぶし、本みりん、しょうゆ、食塩、米酢、からし、白こしょう、だし用煮干	小麦・卵・大豆・鶏肉
30金	ごはん	牛乳	生揚げの肉味噌あんかけ 生姜ドレッシングサラダ じゃがいもの和風揚げ わかめスープ	生揚げ、豚肉、みそ	あおのり、わかめ、★牛乳	米、麦、砂糖、片栗粉、じゃがいも、小麦粉	油	にんじん、こまつな	にんにく、しょうが、ねぎ、たけのこ、キャベツ、りょくとうもやし、たまねぎ、えのきたけ	水、しょうゆ、本みりん、だし用かつおぶし、酒、食塩、米酢、薄口しょうゆ、白こしょう、コンソメ	小麦・大豆・鶏肉・豚肉・セラチン

※食物アレルギー対応献立における追加食品 … 19日(月)小麦粉 22日(木)米・麦 26日(月)オリーブ油・豆乳

《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の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することができます。

※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・えび・かに・くるみ・小麦・そば・落花生

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