

令和6年2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	ピビンバ丼	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、えのきたけ	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
2金	こぎつねずし	牛乳	いわしの竜田揚げ ごま和え きなこ豆 じゃがいものみそ汁	油揚げ、まいわ し、炒り大豆、き な粉、白みそ	★牛乳	米、砂糖、片栗粉、 じゃがいも	油、練りご ま、ごま	にんじん、こま つな	しょうが、キャベツ、りょくとう もやし、たまねぎ	水、米酢、食塩、だし用かつおぶし、 しょうゆ、本みりん、酒、だし 用煮干	小麦・大豆・ごま
5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 辛子とえ 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、ご ま油	にんじん	にんにく、だいこん、キャベツ、 りょくとうもやし、たまねぎ、 えのきたけ、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、 米酢、からし、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
6火	ごはん	牛乳	鶏肉と野菜のうま煮 油揚げの和風サラダ 小魚のいり煮 玉ねぎのみそ汁	鶏肉、おからパウ ダー、油揚げ、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、ごま油、 ごま	にんじん、さや いんげん	たまねぎ、たけのこ、しょうが、 キャベツ、きゅうり	水、だし用かつおぶし、本みりん、しよ うゆ、食塩、米酢、白こしょう、酒、だし 用煮干	小麦・大豆・鶏 肉・ごま
7水	いりこ菜めし	牛乳	鮭の味噌マヨネーズがけ じゃがいものそぼろ煮 デコボン トックスープ	さけ、白みそ、豚 肉、鶏肉	ちりめんじゃ こ、★チーズ、 ★牛乳	米、麦、砂糖、じゃ がいも、片栗粉、 トック(韓国も ち)	油、★マヨ ネーズ	大根菜、さやい んげん、にんじ ん、チンゲンサ イ	たまねぎ、えのきたけ、ねぎ、し らぬひ(砂じょう、生)	水、食塩、白こしょう、ワイン (白)、酒、だし用かつおぶし、 しょうゆ、本みりん、だし用鳥ガ ラ、コンソメ	小麦・卵・乳・オ レンジ・さけ・大 豆・鶏肉・豚肉・ セラチン
8木	カツカレー 福神漬	ストロベリー	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、ごま、★ 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、薄口しよ うゆ、からし、七味とうがらし、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・ごま
9金	ごはん	牛乳	肉じゃが 大根サラダ 揚げしゅうまい もやしのみそ汁	豚肉、高野どう ふ、しゅうまい、 油揚げ、白みそ	★牛乳	米、麦、しらたき、 砂糖、じゃがいも	油	にんじん、さや いんげん	たまねぎ、だいこん、きゅうり、 ホールコーン、りょくとうもや し、ねぎ	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、 だし用煮干	小麦・大豆・豚 肉・ごま
13火	ソフトめん ミートソース	牛乳	白身魚のから揚げ 野菜ソテー 湘南ゴールドゼリー	たら、豚肉	★チーズ、★ 牛乳	ソフトめん、片栗 粉、小麦粉、砂糖	油、★バ ター	にんじん、ほう れんそう	キャベツ、ホールコーン、にん にく、セロリー、たまねぎ、マッ シュルーム	食塩、白こしょう、酒、コンソメ、 湘南ゴールドゼリー、水、ワイン (赤)、ガラスープ、トマト ピューレ、トマトケチャップ、 しょうゆ、ウスタースソース	小麦・乳・大豆・ 鶏肉・豚肉・りん ご・セラチン
14水	ごはん	牛乳	チーズコロッケ コールスローサラダ 切干し大根のカレー炒め 小松菜のみそ汁	豚肉、白いんげん 豆、★卵、白みそ	★シュレッド チーズ、★牛 乳	米、麦、じゃがい も、小麦粉、パン 粉、砂糖	油	にんじん、こま つな	たまねぎ、キャベツ、きゅうり、 ホールコーン、たまねぎ、切干 大根、しめじ、ねぎ	水、コンソメ、食塩、白こしょう、 中濃ソース、米酢、からし、酒、カ レー粉、しょうゆ、トマトケ チャップ、だし用煮干	小麦・卵・乳・大 豆・鶏肉・豚肉・ りんご・セラチ ン
15木	揚げパン	牛乳	ポトフ風煮 和風ペンネ ポパイサラダ	鶏肉、ウイン ナー、豚肉、かつ おぶし、ボンレス ハム	★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 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	水、ベーリーフ、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
16金	ごはん	牛乳	生揚げの五目炒め煮 ゆかり和え 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	★牛乳	米、麦、砂糖、片栗 粉、小麦粉	油	にんじん、チン ゲンサイ	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、きゅうり、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、ゆかり、食塩、だし 用鳥ガラ、ベーリーフ、白こしょ う	小麦・大豆・鶏 肉・豚肉・セラチ ン
19月	コーンライス	牛乳	鶏肉のプロヴァンサルソースがけ マカロニサラダ ブロッコリーとえびのソテー 白菜とベーコンのスープ	鶏肉、ボンレスハ ム、えび、ベーコ ン、豚肉	★牛乳	米、麦、砂糖、マカ ロニ、片栗粉	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、酒、黒こしょう	小麦・えび・大 豆・鶏肉・豚肉・ セラチン
20火	ごはん	牛乳	さわらの更紗揚げ 塩肉じゃが 生姜ドレッシングサラダ かきたま汁	さわら、豚肉、焼 き竹輪、★卵	★牛乳	米、麦、片栗粉、小 麦粉、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、 りょくとうもやし、ねぎ	水、しょうゆ、食塩、酒、カレー粉、 米酢、薄口しょうゆ、白こしょう、 だし用かつおぶし	小麦・卵・大豆・ 豚肉
21水	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 フルーツ杏仁 ほうれん草のみそ汁	豚肉、いか、高野 どうふ、白みそ	★牛乳	米、麦、はるさめ、 片栗粉、小麦粉、 上新粉、砂糖	油、ごま油	にんじん、に ら、ほうれんそ う	たまねぎ、キャベツ、にんにく、 しょうが、もも缶	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、豆乳ゼリー、だ し用煮干	小麦・いか・大 豆・豚肉・もも・ ごま
22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	★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、ごま	にんじん	たまねぎ、えのきたけ、しめじ、 レモン、えだまめ、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、ベーリー 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・ご ま
26月	ごはん	牛乳	鶏肉のスパイシーから揚げ 豚肉と大根のうま煮 ブロッコリーのレモン酢和え かぶのみそ汁	鶏肉、豚肉、白み そ	★牛乳	米、麦、片栗粉、小 麦粉、砂糖	油	にんじん、さや いんげん、ブ ロccoli	しょうが、にんにく、だいこん、 レモン、しめじ、かぶ、ねぎ	水、しょうゆ、トマトケチャップ、 酒、中濃ソース、トウバンジャ ン、一味とうがらし、食塩、本みり ん、米酢、薄口しょうゆ、だし用煮 干	小麦・大豆・鶏 肉・豚肉・りんご
27火	ごはん	牛乳	豆腐ハンバーグトマトソース マカロニのカレーソテー カニかまサラダ コーンスープ	豚肉、豆腐、★卵 ベーコン、かに風 味かまぼこ	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、マカ ロニ、小麦粉	油、★バ ター	にんじん	たまねぎ、にんにく、キャベツ、 きゅうり、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、 コンソメ、カレー粉、しょうゆ、パ セリ(乾)、米酢、からし	小麦・卵・乳・か に・大豆・鶏肉・ 豚肉・りんご・セ ラチン
28水	チャーハン	牛乳	たらのごま揚げ 春雨のひき肉炒め オレンジ 豆腐スープ	豚肉、★卵、たら、 鶏肉、豆腐	わかめ、★牛 乳	米、麦、片栗粉、小 麦粉、砂糖、はる さめ	油、黒ごま、 ごま、ごま 油	にんじん	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	水、食塩、コンソメ、白こしょう、 しょうゆ、酒、オイスターソース、 だし用鳥ガラ	小麦・卵・オレ ンジ・大豆・鶏肉・ 豚肉・セラチン・ ごま
29木	ごはん	牛乳	筑前煮 華風和え 高野豆腐のから揚げ 大根のみそ汁	鶏肉、揚げポー ル、高野どうふ、 白みそ	わかめ、★牛 乳	米、麦、こんにゃ く、砂糖、じゃが いも、片栗粉	油、ごま油、 ごま	にんじん、さや いんげん、こま つな	ごぼう、キャベツ、ホールコー ン、しょうが、にんにく、たまね ぎ、だいこん	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、コンソメ、だし用煮干	小麦・大豆・鶏 肉・セラチン・ご ま

※食物アレルギー対応献立における追加食品 …15(木)米・麦、22(木)米・麦

初午(はつうま)と稲荷(いなり)

旧暦で2月の最初の午(うま)の日を「初午(はつうま)」といい、全国の稲荷神社でお祭りが行われます。キツネはこの「稲荷(いなり)」の神様のお使い役とされ、油揚げが大好物といわれています。初午の日には、油揚げや油揚げにすし飯をつめた「いなり寿司」がお供えされます。いなり寿司は、東日本では米俵に見立てた俵型、西日本ではキツネの耳に見立てた三角にすることが多いようです。

今年は2月12日です。給食では2月2日にこぎつねずしを出します。

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！



《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