



令和5年2月 中学校給食献立表



鎌倉市教育委員会

月	火	水	木	金	
【2月分給食のお申込み】 1月20日(金)まで ※7日前(土日祝除く)午後1時まで変更できます。 【3月分給食費の引落日】 1月6日(金)	がんばれ！受験生！ 3年生のみなさん、受験が少しずつ近づいてきましたね。受験に向けて頑張っているみなさんを応援するために、6日は カツカレー を出します！ カツ=勝つ なので、試験に 勝つ! という願いを込めています。今まで頑張ってきた自分を信じて、頑張ってください！応援しています。		1日 ごはん 鶏肉のスパイシーから揚げ 洋風きんぴらごぼう ひじきのサラダ かぶのスープ 牛乳	2日 ごはん 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 ほうれん草ときくらげのスープ 牛乳	3日 こぎつねずし 白身魚の竜田揚げ 大根のごま酢和え きなこ豆 じゃがいものみそ汁 牛乳
	6日 カツカレー 福神漬 ゆで野菜のドレッシング和え さつまいもの甘煮 ジョア ブルーベリー	7日 ごはん さばの甘辛焼き ポイルキャベツ 生揚げのケチャップ煮 白菜のサラダ 淡雪汁 牛乳	8日 ごはん 筑前煮 華風和え 高野豆腐のから揚げ 大根のみそ汁 牛乳	9日 くらパン マーメイドジャム 鮭のきのこバターソースがけ ジャーマンポテト ブロccoliのサラダ ABCスープ 牛乳	10日 ごはん 豆腐ハンバーグトマトソース 和風パンネ カニかまサラダ コーンスープ 牛乳
13日 ごはん さわらのゆず味噌がけ 塩肉じゃが 生姜ドレッシングサラダ かきたま汁 牛乳	14日 揚げパン ポトフ風煮 ミートパンネ ポパイサラダ 牛乳	15日 ごはん 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 牛乳	16日 ごはん 生揚げの五目炒め煮 ごまのり和え 鶏ささみのレモン煮 わかめスープ 牛乳	17日 チャーハン たらのごま揚げ 和風チャブチエ オレンジ トックスープ 牛乳	
20日 ごはん カレー肉じゃが 大根サラダ 揚げしゅうまい もやしのみそ汁 牛乳	21日 ビビンバ丼 竹輪の磯辺揚げ 切干し大根のはりはり漬け 五目スープ 牛乳	22日 ごはん 白身魚の和風ドレッシングがけ キャベツのごま和え 五目豆 里芋のみそ汁 牛乳	天皇誕生日 コーンライス 鶏肉のプロヴァンサルソースがけ ポテトサラダ ブロccoliとえびのソテー 白菜とベーコンのスープ 牛乳		
27日 ごはん 鶏肉と野菜のうま煮 わかめのサラダ 小魚のいり煮 豆腐のみそ汁 牛乳	28日 いりこ菜めし 銀鮭の照り焼き さつまいもと昆布の煮物 デコボン キャベツのみそ汁 牛乳	* マークがついている日は、食物アレルギー対応食がある日です。 その他アレルギー情報の詳細は、裏面をご覧ください。 * 学校行事等により給食がない日は予約ができません。 給食の実施日については、学校からの予定等をご確認ください。 * 使用食品等の都合により、献立を変更することがあります。			◆今月の栄養価◆ エネルギー 790kcal たんぱく質 33.3g 脂質 25.2g 炭水化物 113.1g カルシウム 341mg 食塩相当量 3.2g

食物アレルギー対応献立 卵・乳を使用していません (予約注文には食物アレルギー対応申請が必要です)。

6日	9日	10日	13日	15日
カツカレー	卵・バター抜き	豆腐ハンバーグ トマトソース	かきたま汁	チーズ・卵抜き (コロッケ)
		卵抜き	卵抜き (竹輪のすまし汁)	
		鶏のきのこバターソースがけ	揚げパン	チャーハン
		バター抜き (鮭のきのこソースがけ)	ごはんに変更	炒り卵抜き
		コーンスープ		
		スキムミルク・バター・生クリーム抜き		



2月3日は節分です



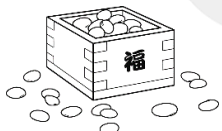
節分は**立春の前日**で、暦の上で**冬から春の季節の変わり目**の行事です。季節の変わり目には邪気が生じると考えられており、その邪気を**鬼**に見立てて**豆**をぶつけて追い払う**豆まき**を行って、1年の無病息災を願います。

また福を呼び込めるように「**鬼は〜外！ 福は〜内!**」と掛け声をかけながら豆まきをします。節分にまく豆は**福豆**といって、年の数または年にひとつ足した数を食べると、1年を健康に過ごすことができるといわれています。

年末年始休業について

令和4年12月29日(木)～
令和5年1月3日(火)

鎌倉市中学校給食コールセンターは、年末年始休業とさせていただきます。



給食では**きなこ豆**を出します。オープンで焼いた大豆を砂糖でコーティングし、香ばしいきなこをまぶしてあります！

鎌倉市中学校給食予約等管理システム

URL: <https://kamakura.futureinn-lunch.jp/SchoolLunch/>

予約方法や予約内容の確認、

ID・パスワードについてのお問い合わせ先

鎌倉市中学校給食コールセンター(株式会社フューチャーイン)

☎ 052-732-8948 (受付時間: 平日9:00~17:00)

✉ kamakura-lunch-info@futureinn.co.jp

献立や給食の内容についてのお問い合わせ先

鎌倉市教育委員会 教育文化財部学務課給食担当

☎ 0467-61-3804 (直通) (受付時間: 平日8:30~17:00)

※予約の際は給食費の残額を確認してください。

また、予約後は予約もれがないかをご確認ください。



予約システムは
こちらから
アクセスできます