鎌倉市中学校給食

令和5年5月 給食カレンダー

月　火　水　木　金

1

ごはん　焼きのり
親子煮
切干し大根のサラダ
大豆と小魚の揚げ煮
玉ねぎのみそ汁
牛乳

2

春の味覚を味わおう！

グリンピースごはん
かつおの揚げ煮
マカロニのカレーソテー
きゅうりとささみの和え物
若竹汁
牛乳

＊5月分給食の申込み＊

4月20日(木)午後1時まで

※7日前(土日祝除く)の午後1時まで
変更が可能です。

＊給食費について＊

◆口座引落し
【6月分】**4月6日(木)**

◆コンビニ払い
【6月分】**4月27日(木)**

4

みどりの日

5

こどもの日

8

ごはんにルウをかけて食べよう

ハヤシライス
白身魚のハーブ焼き
野菜ソテー
フルーツ杏仁
牛乳

9

ごはん
肉じゃが
キャベツのごま和え
照り焼き肉団子
豆腐のみそ汁
牛乳

10

ごはん
プルコギ
いかの天ぷら
春雨サラダ
卵スープ
牛乳

11

サンドパン
タンドリーチキン ボイルキャベツ
ガーリックバターポテト
ブロッコリーのサラダ
豆乳スープ
牛乳

12

フェアトレード給食

ひじきごはん
たらのごま揚げ　こふきいも
ごぼうサラダ
豆ちくわの煮物
キャベツのみそ汁
牛乳

15

ごはん
豚肉の南蛮漬け
ツナの和風ペンネ
ゆかり和え
五目スープ
牛乳

16

ごはん
鶏肉のダッカルビ風
岩石揚げ
わかめの中華サラダ
トックスープ
牛乳

17

ごはん
さばの甘辛焼き　ブロッコリー
ゆず香和え
揚げボールのだし煮
豚汁
牛乳

18

具をごはんにのせて食べよう

鶏そぼろ丼
ごまのり和え
あんこうのから揚げ
ほうれん草のみそ汁
牛乳

19

ごはん
ハンバーグマッシュルームソース
じゃがいもとコーンのソテー
生姜ドレッシングサラダ
大根のスープ
牛乳

22

ごはん
麻婆豆腐
根菜と桜えびのかき揚げ
三色ナムル
レタスと卵のスープ
牛乳

23

ごはん
銀さわらの野菜あんかけ
和風チャプチェ
大豆とひじきの煮物
じゃがいものみそ汁
牛乳

24

ごはん
八宝菜
鶏肉のレモン煮
きゅうりとわかめの酢の物
里芋のみそ汁
牛乳

25

玄米パン　バター
カレーシチュー
ブロッコリーと鶏肉のガーリック炒め
甘夏みかん
白菜とベーコンのスープ
牛乳

26

ごはん
たらのトウバンジャン煮
じゃがいものそぼろ煮
酢みそ和え
鶏ごぼう汁
牛乳

29

ごはん
鶏肉のから揚げねぎソース
マセドアンサラダ
切干し大根のカレー炒め
ニラのみそ汁
りんごジュース

30

キャロットライス
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
もやしのスープ
牛乳

31

ごはん
生揚げの五目炒め煮
大根サラダ
里芋の揚げ煮
わかめスープ
牛乳

＊カレンダーマークについて＊

食物アレルギーに関する情報を表示しています。※飲用乳は除く

･･･食物アレルギー対応食を提供する日です。

卵　乳　小麦　えび
そば　やまいも　オレンジ
さけ　さば　ゼラチン
大豆　鶏肉　豚肉　かに
もも　りんご　ごま　いか

食物アレルギー対応食

1 親子煮(→鶏肉とじゃがいもの煮物)

8 ハヤシライス(→バター抜き)

10 いかの天ぷら(天ぷら粉→小麦粉)
卵スープ(→鶏肉と玉ねぎのスープ)

11 サンドパン(→ごはん)
タンドリーチキン(→ヨーグルト抜き)
ガーリックバターポテト(→ガーリックポテト)

16 岩石揚げ(→卵抜き)

18 鶏そぼろ丼(→炒り卵抜き)

19 ハンバーグマッシュルームソース(→卵・牛乳抜き)

22 根菜と桜えびのかき揚げ(天ぷら粉→小麦粉)
レタスと卵のスープ(→レタスのスープ)

25 玄米パン・バター(→ごはん)
カレーシチュー(→牛乳・バター抜き)

30 キャロットライス(→バター抜き)
鮭のムニエル クリームソース(バター・スキムミルク・生クリーム→オリーブ油・豆乳)

給食予約システムはQRコードからアクセスできます

鎌倉市教育委員会