

月

火

水

木

金

2



ごはん
さけの照り焼き
ごま和え
さつまいものレモン煮
さつま汁
牛乳

3



ごはん
節分の献立
いわしのかば焼き風
華風和え
きなこ豆
ほうれん草ときくらげのスープ
牛乳

4



ごはん
肉じゃが
具だくさんきんぴら
わかさぎのから揚げ
大根のみそ汁
牛乳

5



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
ゆず大根
里芋のみそ汁
牛乳

6



カツカレー
福神漬
ゆで野菜のドレッシング和え
甘辛ポテト
ジョア ストロベリー

9



ごはん
かじきの生姜あんかけ
塩肉じゃが
みそドレッシングサラダ
かきたま汁
牛乳

10



ごはん
生揚げの五目炒め煮
鶏肉の磯辺揚げ
レモンゼリー
大根のスープ
牛乳

11



建国記念の日

12



コーンライス
鶏肉のプロヴァンサルソースがけ
マカロニサラダ
ブロッコリーのソテー
白菜とベーコンのスープ
牛乳

13



ごはん
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
牛乳

16



ごはん
さばのごまケチャップソース
生揚げと野菜の煮物
ゆかり和え
五目スープ
牛乳

17



揚げパン
ポトフ風煮
ペンネソテー
ほうれん草のサラダ
牛乳

18



ビビンバ丼
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
牛乳

19



ごはん
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
牛乳

20



ごはん
豆腐ハンバーグトマトソース
ガーリックバターポテト
豆サラダ
コーンスープ
牛乳

23

振替休日



24



ごはん
筑前煮
大根サラダ
揚げしゅうまい
豆腐のみそ汁
牛乳

25



チャーハン
白身魚の更紗揚げ
春雨のひき肉炒め
デコボン
トックスープ
牛乳

26



くろパン
鮭のきのこバターソースがけ
ジャーマンポテト
生姜ドレッシングサラダ
ABCスープ
牛乳

27



ごはん
鶏肉のダッカルビ風
さつま揚げと大根の炒め煮
大豆の揚げ煮
青菜のみそ汁
牛乳

2月分給食の申込み

1月20日(火)まで

※7日前(土日祝除く)の
午後1時まで変更が可能です。

給食費の引落日

【3月分】1月27日(火)

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。



食物アレルギー
対応食

カツカレー
(→バター/卵抜き)

かきたま汁(→卵抜き)
(→竹輪のすまし汁)

鶏肉の磯辺揚げ(→てんぷら粉
→小麦粉)

揚げパン
(→ごはん)

豆腐ハンバーグトマトソース(→卵抜き)
ガーリックバターポテト(→バター抜き) (ガーリックポテト)
コーンスープ(→スキムミルク・生クリーム・バター抜き)

チャーハン(→炒り卵抜き)

くろパン(→ごはん)
鮭のきのこバターソースがけ(→バター抜き) (鮭のきのこソースがけ)
ジャーマンポテト(→バター抜き)

春はもうじき・・・ですが気を付けたいこと

寒さの中にも少しずつ春の訪れを感じる頃ですが、まだまだ寒さは続きます。この時期に流行しやすいのがウイルスなどによる感染症で、予防には外出時や食事の前の手洗い・うがいが効果的です。良く体を動かし、十分な睡眠をとり、栄養バランスのとれた食事を朝・昼・夕の3食食べて体の抵抗力も高めましょう！



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