

# 令和8年4月 中学校給食献立表

鎌倉市教育委員会

## ご入学・ご進級おめでとうございます

希望に満ちた新年度が始まります。学校給食は、成長期の子どもたちの心と体の健康を支えるため、エネルギー量や栄養のバランスを考え、旬の食材を取り入れて作っています。みなさんが安心して給食を食べられるよう、衛生管理を徹底し、心を込めておいしい給食づくりに努めていきます。今年1年間もどうぞよろしくお祈りします。



### 【4月分給食のお申込み】

3月31日(火)まで ※7日前(土日祝日除く)午後1時まで変更できます。

### 【5月分給食費の引落日】

3月27日(金)

新1年生の保護者の方は、下欄の【新1年生の保護者の方へ】をご確認ください。

月	火	水	木	金
		15日	16日	17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 フルーツ和え 豆腐スープ 牛乳	ゆかりごはん 鶏肉の塩から揚げ じゃがいものそぼろ煮 春野菜の炒め物 大根のみそ汁 牛乳	ごはん 銀鮭の味噌マヨネーズかけ じゃがいもとウインナーのカレー炒め 三色ナムル キャベツとベーコンのスープ ジョア プレーン
		I補給* 780 kcal たんぱく質 34.8 g 脂質 21.2 g 加鈣量 354 mg	I補給* 815 kcal たんぱく質 33.1 g 脂質 28.3 g 加鈣量 282 mg	I補給* 765 kcal たんぱく質 32.1 g 脂質 25.0 g 加鈣量 784 mg
	20日	21日	22日	23日
	ごはん 生揚げと豚肉のごまみそ煮 鶏ささみの磯辺揚げ ニューサマーオレンジ わかめスープ 牛乳	ごはん ソースとんかつ ポイルキャベツ 切干し大根のサラダ 揚げボールのてり煮 さつま汁 牛乳	ごはん すき焼き煮 竹輪の石垣揚げ ゆず香和え ほうれん草ときくらげのスープ 牛乳	コッペパン ブルーベリージャム スパニッシュオムレツ ツナの和風パンネ 花野菜サラダ コーンチャウダー、牛乳
	I補給* 766 kcal たんぱく質 35.3 g 脂質 23.7 g 加鈣量 370 mg	I補給* 828 kcal たんぱく質 37.6 g 脂質 25.5 g 加鈣量 311 mg	I補給* 796 kcal たんぱく質 34.5 g 脂質 25.7 g 加鈣量 409 mg	I補給* 834 kcal たんぱく質 35.5 g 脂質 31.7 g 加鈣量 364 mg
	27日	28日	29日	30日
	ごはん 肉じゃが ごまのり和え 照り焼き肉団子 小松菜のみそ汁 牛乳	ごはん たら和風ドレッシングかけ 豚肉と大根のうま煮 鎌倉産わかめのサラダ にら玉スープ 牛乳	昭和の日 めんじょうをからめて食べましょう♪ ソフトめんカレーソース 鶏肉の照り焼き ゆで野菜のドレッシング和え 甘辛ポテト 牛乳	◆今月の栄養価◆ エネルギー 794kcal たんぱく質 34.6g 脂質 26.1g 炭水化物 110.6g カルシウム 384mg 食塩相当量 3.1g
	I補給* 766 kcal たんぱく質 31.1 g 脂質 25.8 g 加鈣量 366 mg	I補給* 769 kcal たんぱく質 34.9 g 脂質 23.8 g 加鈣量 307 mg	I補給* 869 kcal たんぱく質 39.5 g 脂質 32.1 g 加鈣量 334 mg	

### 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）。

17日	21日	23日	28日	30日
銀鮭の味噌マヨネーズかけ	マヨネーズ・チーズ抜き（銀鮭の味噌漬け焼き）	ソースとんかつ	卵抜き	
コッペパン ブルーベリージャム	ごはんに変更	スパニッシュオムレツ	卵抜き→豚肉増量（ミートローフ）	コーンチャウダー
にら玉スープ	卵抜き（にらのスープ）	ソフトめんカレーソース	スキムミルク・バター抜き	

### 鎌倉産のわかめが登場します！

今年も湘南漁業協同組合鎌倉支所の方々の協力により、鎌倉の海でとれた旬のわかめを給食で使用します。ぜひ地元の子もたちに食べてほしいとの漁師さんの思いから、わかめを届けてくれました。感謝の気持ちを持って食べましょう！  
4月28日(火) 鎌倉産わかめのサラダに使用します！  
新鮮なわかめの歯ごたえや香りを感じながら、食べてくださいね。

## 学校給食は『生きた教材』です

学校給食は学校教育の一環として行われており、子どもたちが栄養バランスのとれた食事をクラスの仲間や先生と一緒に食べながら、心の触れ合いの中で健やかな成長を願い、さらに大切な食文化、望ましい食習慣や食事マナー、社交性や助け合い、自然の恵みや働く人への感謝の気持ちを育むことを目的としています。

学校給食は『生きた教材』としての役割があり、日々活用できるよう、学校給食法に掲げられている『学校給食の目標』の実現を目指し、献立作成や食育を行っています。ぜひご家庭でも、給食について話題にしてみてください。

### 学校給食の目標

適切な栄養と味覚で、健やかな体と心を育む

食べることの大切さや喜びを知る

給食を手本に望ましい食べ方を学ぶ

毎日の食事について、自分でも考え判断して食べられるようになる

いつも感謝の気持ちをもって食事をいただくことができる

他人のことを考えて思いやり、学校生活を豊かなものにする

食を通して地域の伝統や歴史を学び、食文化を未来に伝えていく

### 新1年生の保護者の方へ

給食の利用には、予約システムの「利用登録」「給食費のチャージ」「予約」が必要です！

#### 4月分給食費のお支払いについて

- ◆ 小学校給食費の引落日口座を引き継いだ方  
2月27日(金)に口座振替を実施しました。給食費は3月5日(木)15時頃に予約システムにチャージされます。引落しができなかった方へは3月中旬にコンビニ払込票を郵送しますので、3月27日(金)までにお支払いください。  
※5月分給食費の口座振替は3月27日(金)です。小学校給食費2・3月分の引落と合わせて1万5千円近い引落しがかかりますので、事前に口座残高のご確認をお願いします。
- ◆ 口座情報未登録の方  
2月下旬にご自宅にコンビニ払込票を郵送しています。3月3日(火)までにお支払いください。また、預金口座振替依頼書のご提出をお願いします。

#### 4月分給食の予約について

- ◆ 在校時一括予約を申し込んだ方  
3月5日(木)16時頃に自動で予約が入りますので、予約操作は不要です。(口座振替またはコンビニ払いでチャージ済みの場合に限りです)
- ◆ 在校時一括予約を申し込んでない方  
4月分の給食予約は3月5日(木)15時頃からできます。3月31日(火)までに予約システムにログインして予約してください。

#### 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

