

令和6年9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		
2月	カレーピラフ	牛乳	鶏肉の照り焼き 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	豚肉、鶏肉、ウインナー	★牛乳	米、麦、砂糖、片栗粉、じゃがいも	油、★バター	にんじん、さやいんげん、こまつな	たまねぎ、しょうが、ホールコーン、キャベツ、りょくとうもやし、にんにく、だいこん	水、酒、カレー粉、食塩、コンソメ、ウスターソース、トマトケチャップ、ガラムマサラ、しょうゆ、本みりん、白こしょう、米酢、薄口しょうゆ	小麦・乳・大豆・鶏肉・豚肉・りんご・セラチン
3火	ごはん	フッシュリア	さばのごまケチャップソース 梅おかか和え 大豆とひじきの煮物 なすのみそ汁	さば、かつおぶし、高野どうふ、大豆、みそ	ひじき、★はっこう乳	米、麦、片栗粉、小麦粉、砂糖、つきこんにやく	油、ごま、ごま油	にんじん	にんにく、キャベツ、りょくとうもやし、きゅうり、たまねぎ、なす	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、ねり梅、だし用かつおぶし、だし用煮干	小麦・さば・大豆・りんご・ごま
4水	ごはん	牛乳	みそだれ豚しゃぶ ツナの和風パンネ 小魚のいり煮 にらのスープ	豚肉、みそ、ツナ、かつおぶし	かえり煮干、★牛乳	米、麦、砂糖、片栗粉、パンネ	ごま油、ごま、オリーブ油	にんじん、さやいんげん、にら	にんにく、キャベツ、りょくとうもやし、たまねぎ	水、酒、七味とうがらし、しょうゆ、本みりん、米酢、食塩、コンソメ、白こしょう	小麦・大豆・鶏肉・豚肉・セラチン・ごま
5木	ソフトフランスパン りんごジャム	牛乳	白身魚の豆乳クリームソースがけ ラタトゥイユ さつまいものレモン煮 キャベツのスープ	メルルーサ、ベーコン、豆乳、ボンレスハム、豚肉	★牛乳	★ソフトフランスパン、小麦粉、砂糖、さつまいも	油、オリーブ油	ほうれんそう、にんじん	りんごジャム、たまねぎ、マッシュルーム、ズッキーニ、なす、にんにく、黄ピーマン、レモン、キャベツ	食塩、白こしょう、ワイン(白)、コンソメ、トマトピューレ、ペーリーフ、水	小麦・乳・大豆・鶏肉・豚肉・りんご・セラチン
6金	ごはん	牛乳	肉じゃが あじの南蛮漬け ブロッコリーのごま醤油 小松菜のみそ汁	豚肉、高野どうふ、あじ、白みそ	★牛乳	米、麦、しらたき、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、ピーマン、ブロッコリー、こまつな	たまねぎ、ホールコーン、しめじ、ねぎ	水、酒、だし用かつおぶし、本みりん、しょうゆ、食塩、米酢、一味とうがらし、だし用煮干	小麦・大豆・豚肉・ごま
9月	カレー南蛮	牛乳	たらのらつきょうあんかけ 野菜ソテー 梨	たら、豚肉	★牛乳	ゆでめん、片栗粉、上新粉、砂糖	油	にんじん、こまつな、ほうれんそう	らつきょう(甘酢漬)、キャベツ、りょくとうもやし、なし、ねぎ	食塩、白こしょう、酒、水、米酢、しょうゆ、コンソメ、だし用かつおぶし、本みりん、カレー粉、一味とうがらし	小麦・大豆・鶏肉・豚肉・セラチン
10火	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 いもコーンサラダ 玉ねぎのみそ汁	豚肉、いか、白みそ	わかめ、★牛乳	米、麦、はるさめ、片栗粉、小麦粉、上新粉、砂糖、さつまいも	油	にんじん、にら	たまねぎ、キャベツ、にんにく、しょうが、きゅうり、ホールコーン	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、米酢、からし、だし用煮干	小麦・いか・大豆・豚肉
11水	枝豆ごはん	牛乳	さけのごま揚げ 冬瓜のそぼろ煮 辛子和え 五目スープ	さけ、豚肉	★牛乳	米、もち米、片栗粉、小麦粉、砂糖	黒ごま、ごま、油、ごま油	にんじん、さやいんげん	えだまめ、しょうが、とうがん、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、酒、食塩、だし用こんぶ、しょうゆ、だし用かつおぶし、本みりん、米酢、からし、コンソメ、白こしょう	小麦・さけ・大豆・鶏肉・豚肉・セラチン・ごま
12木	ごはん	牛乳	筑前煮 ゆかり和え 揚げしゅうまい 豆腐のみそ汁	鶏肉、揚げボール、しゅうまい、豆腐、白みそ	★牛乳	米、麦、こんにやく、砂糖、じゃがいも	油、ごま油	にんじん、さやいんげん	ごぼう、キャベツ、りょくとうもやし、きゅうり、ねぎ	水、だし用かつおぶし、本みりん、しょうゆ、食塩、ゆかり、だし用煮干	小麦・大豆・鶏肉・豚肉・ごま
13金	ピビンバ丼	牛乳	竹輪の磯辺揚げ 甘酢漬け わかめスープ	豚肉、みそ、竹輪	あおのり、わかめ、★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、キャベツ、きゅうり、セロリー、たまねぎ	水、しょうゆ、コチュジャン、本みりん、食塩、米酢、コンソメ、白こしょう	小麦・大豆・鶏肉・豚肉・セラチン・ごま
17火	ツナごはん	牛乳	鶏肉の塩から揚げ わかめのサラダ みたらし団子 冬瓜のスープ	ツナ、高野どうふ、鶏肉、豚肉	わかめ、★牛乳	米、麦、砂糖、片栗粉、小麦粉、白玉もち	油、ごま油	にんじん	しょうが、にんにく、キャベツ、ホールコーン、とうがん	水、しょうゆ、酒、ガラスープ、食塩、白こしょう、米酢、からし、水、本みりん、コンソメ	小麦・大豆・鶏肉・豚肉・セラチン・ごま
18水	ごはん	牛乳	高野豆腐と野菜の揚げ煮 マカロニのカレーソテー 切干し大根のサラダ さつま汁	高野どうふ、鶏肉、ベーコン、油揚げ、白みそ	★牛乳	米、麦、片栗粉、じゃがいも、砂糖、マカロニ	油	ピーマン、にんじん	たまねぎ、にんにく、切干大根、きゅうり、ホールコーン、ごぼう、だいこん、ねぎ	水、だし用かつおぶし、本みりん、しょうゆ、酒、食塩、コンソメ、カレー粉、トマトケチャップ、白こしょう、パセリ(乾)、薄口しょうゆ、米酢、からし	小麦・大豆・鶏肉・豚肉・セラチン
19木	ロールパン	牛乳	チリコンカン ブロッコリーと鶏肉のガーリック炒め キャラメルポテト ズッキーニのスープ	豚肉、大豆、鶏肉、ベーコン	★牛乳	★ロールパン、砂糖、小麦粉、片栗粉、さつまいも	油、オリーブ油、★バター	にんじん、トマト、ブロッコリー	にんにく、セロリー、たまねぎ、ズッキーニ	一味とうがらし、ワイン(赤)、水、トマトピューレ、トマトケチャップ、ウスターソース、しょうゆ、コンソメ、食塩、白こしょう、チリパウダー、ワイン(白)、黒こしょう	小麦・乳・大豆・鶏肉・豚肉・りんご・セラチン
20金	ごはん	牛乳	さわらの竜田揚げ 麻婆なす 華風和え じゃがいものみそ汁	さわら、豚肉、みそ、白みそ	★牛乳	米、麦、片栗粉、砂糖、じゃがいも	油、ごま油、ごま	にんじん、ピーマン、ほうれんそう	しょうが、にんにく、ねぎ、なす、キャベツ、ホールコーン、たまねぎ	水、しょうゆ、食塩、酒、トウバンジャン、ガラスープ、薄口しょうゆ、だし用煮干	小麦・大豆・鶏肉・豚肉・ごま
24火	ごはん	牛乳	鶏肉と野菜のうま煮 大根サラダ のりの佃煮 もやしのスープ	鶏肉、おからパウダー、ベーコン	きざみのり、★牛乳	米、麦、じゃがいも、砂糖、片栗粉、上新粉	油	にんじん、さやいんげん、ピーマン	たまねぎ、たけのこ、しょうが、だいこん、きゅうり、ホールコーン、りょくとうもやし	水、だし用かつおぶし、本みりん、しょうゆ、食塩、米酢、からし、コンソメ、白こしょう	小麦・大豆・鶏肉・豚肉・セラチン
25水	ごはん	牛乳	ドライカレー みそドレッシングサラダ 高野豆腐のから揚げ 冷凍みかん	豚肉、白みそ、高野どうふ	★牛乳	米、麦、小麦粉、砂糖、片栗粉	油	にんじん	にんにく、しょうが、たまねぎ、グリーンピース、キャベツ、りょくとうもやし、冷凍みかん	水、ワイン(赤)、トマトケチャップ、しょうゆ、カレー粉、コンソメ、食塩、米酢、本みりん、酒	小麦・大豆・鶏肉・豚肉・セラチン
26木	ごはん	牛乳	ブルコギ 油揚げの和風サラダ じゃがいもの揚げ煮 春雨スープ	豚肉、みそ、油揚げ、鶏肉	★牛乳	米、麦、砂糖、じゃがいも、片栗粉、はるさめ	油、ごま、ごま油	にんじん、にら	たまねぎ、りょくとうもやし、ねぎ、にんにく、しょうが、りんご、キャベツ、きゅうり	水、酒、食塩、トウバンジャン、しょうゆ、米酢、白こしょう、本みりん、コンソメ	小麦・大豆・鶏肉・豚肉・りんご・セラチン・ごま
27金	ごはん	牛乳	あじフライ ポイルキャベツ 豚肉と里芋の炒め煮 三色ナムル 夏野菜のみそ汁	あじ、★卵、豚肉、油揚げ、みそ	★牛乳	米、麦、小麦粉、パン粉、つきこんにやく、里芋、砂糖	油、ごま油、ごま	にんじん、こまつな、かぼちゃ	キャベツ、にんにく、しょうが、ねぎ、りょくとうもやし、なす	水、食塩、白こしょう、ウスターソース、本みりん、中濃ソース、しょうゆ、コンソメ、だし用煮干	小麦・卵・大豆・鶏肉・豚肉・りんご・セラチン・ごま
30月	ごはん	牛乳	ポークストロガノフ コールスローサラダ 湘南ゴールドゼリー マセドアンスープ	豚肉、ウインナー	★生クリーム、★牛乳	米、麦、小麦粉、砂糖、じゃがいも	油、★バター	にんじん	にんにく、たまねぎ、マッシュルーム、キャベツ、きゅうり、ホールコーン	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、デミグラスソース、ウスターソース、食塩、白こしょう、米酢、からし、湘南ゴールドゼリー、コンソメ、パセリ(乾)	小麦・乳・大豆・鶏肉・豚肉・りんご・セラチン

※食物アレルギー対応献立における追加食品 … 5日(木) 米・麦 19日(木) 米・麦

《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するか、各中学校にお申し出ください。

※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

今年の十五夜は9月17日です!

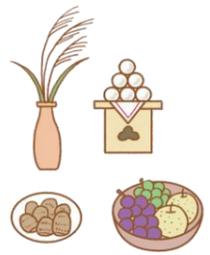
給食でも行事食として、9月17日に「みたらし団子」を提供します。日本ならではの行事を大切にしていきたいですね。

「十五夜」ってなあに?

おそなえもの



おもに月の満ち欠けをもとにして作られた昔のこよみ(旧暦)で、8月15日に当たる日です。夜は涼しく、空気も澄んでいることで、1年の中で一番美しい満月とされています。



だんご(月見団子)、稲に見立てたすき、収穫された農作物をお供えします。十五夜の日には、さいともをおそなえすることが多く、「いも名月」ともよばれます。