

## 令和8年3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 	ごはん	牛乳	あじフライ ポイルキャベツ 五目きんぴら かぼちゃのサラダ 玉ねぎのみぞ汁	あじ, ★卵, 鶏肉, 高野どうふ, 白みそ	わかめ, ★牛乳	米, 麦, 小麦粉, パン粉, つきこん にやく, 砂糖	油, ごま, ごま油	にんじん, かぼ ちゃ	キャベツ, ごぼう, りょくとうも やし, きゅうり, ホールコーン, たまねぎ	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, 米酢, からし, だし用煮干	小麦・卵・大 豆・鶏肉・りん ご・ごま		
3火 	セルフ鮭ちらしずし	牛乳	鶏肉の香味焼き ほうれん草のおひたし 手作りひなあられ 沢煮椀	鶏肉, かつおぶし, さけ, ★卵, 炒り大 豆, 豚肉	★牛乳	米, 砂糖, 手まり 麩, 粉糖	ごま油, ご ま, 油	にんじん, ほ うれんそう, さや いんげん	かんぴょう, しょうが, たまね ぎ, ごぼう, たけのこ, えのきた け, ねぎ	水, 米酢, 食塩, だし用かつおぶし, しょうゆ, 本みりん, 酒	小麦・卵・さ け・大豆・鶏 肉・豚肉・ごま		
4水	金芽米ごはん	牛乳	高野豆腐と野菜の揚げ煮 ゆかり和え のりの佃煮 大根のみぞ汁	高野どうふ, 鶏肉, 油揚げ, 白みそ	きざみのり, ★ 牛乳	米, 片栗粉, じゃが いも, 砂糖	油	ピーマン, にん じん	たまねぎ, キャベツ, りょくとう もやし, きゅうり, だいこん	水, だし用かつおぶし, 本みりん, しょうゆ, 酒, 食塩, ゆかり, だし用 煮干	小麦・大豆・鶏 肉		
5木	ごはん	牛乳	八宝菜 鶏ささみのレモン煮 わかめのサラダ にらのスープ	豚肉, えび, 鶏肉	わかめ, ★牛乳	米, 麦, 片栗粉, 小 麦粉, 砂糖	油	にんじん, こま つな, にら	しょうが, たけのこ, たまねぎ, きくらげ, キャベツ, レモン, きゅうり, ホールコーン	水, 酒, コンソメ, しょうゆ, オイ スターソース, 食塩, 白こしょう, 米 酢, からし	小麦・えび・大 豆・鶏肉・豚 肉・ゼラチン		
6金	赤飯	ジ リ ュ ン 一 ご ス	金目鯛の竜田揚げ 筑前煮 酢みそ和え お祝いすまし汁	ささげ, きんめだ い, 鶏肉, さつま揚 げ, 白みそ, なると		米, もち米, 片栗 粉, こんにゃく, 砂 糖, 里芋	黒ごま, 油, ごま油	にんじん, さや いんげん, こま つな	しょうが, ごぼう, キャベツ, きゅうり, えのきたけ, ねぎ, り んごジュース	水, 酒, 食塩, 薄口しょうゆ, だし用 かつおぶし, 本みりん, しょうゆ, 米 酢, からし	小麦・大豆・鶏 肉・りんご・ご ま		
9月 	ごはん	牛乳	ポークストロガノフ いかのから揚げ オレンジ ジュリアンスープ	豚肉, いか, ベーコ ン	★生クリーム, ★牛乳	米, 麦, 小麦粉, 砂 糖, 片栗粉	★バター, 油	にんじん	にんにく, たまねぎ, マッシュ ルーム, しょうが, オレンジ, キャベツ	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, しょうゆ, 本みり ん, だし用鳥ガラ, ベーリーフ, コン ソメ, パセリ(乾)	小麦・乳・い か・オレンジ・ 大豆・鶏肉・豚 肉・りんご・ゼ ラチン		
10火	ごはん	牛乳	生揚げと野菜のカレー煮 ごまのり和え 大豆と小魚の揚げ煮 小松菜のみぞ汁	豚肉, 生揚げ, 大 豆, 油揚げ, 白みそ	きざみのり, か えり煮干, ★牛 乳	米, 麦, 砂糖, じゃ がいも, 片栗粉	油, ごま	にんじん, さや いんげん, こま つな	たまねぎ, キャベツ, りょくとう もやし	水, 酒, しょうゆ, 本みりん, 食塩, カ レー粉, コンソメ, 薄口しょうゆ, 米 酢, だし用煮干	小麦・大豆・鶏 肉・豚肉・ゼラ チン・ごま		
12木 	ロールパン	牛乳	ミートローフ みそドレッシングサラダ ニヨッキのミルク煮 かぶのスープ	豚肉, 豆腐, ★卵, 白みそ	★調理用牛乳, ★生クリーム, ★牛乳	★ロールパン, パ ン粉, 片栗粉, 砂 糖, ポテトニヨッキ	油, オリーブ 油, ★バター	にんじん, ほ うれんそう	ホールコーン, グリンピース, キャベツ, りょくとうもやし, た まねぎ, にんにく, かぶ	ワイン(赤), 食塩, 白こしょう, ナ ツメグ(粉), トマトケチャップ, ウ スターソース, 水, 米酢, しょうゆ, コンソメ, 黒こしょう, だし用鳥ガ ラ, ベーリーフ	小麦・卵・乳・ 大豆・鶏肉・豚 肉・りんご・ゼ ラチン		
13金	ごはん	牛乳	まぐろの角煮 和風チャブチエ 小松菜と油揚げの煮びたし すいとん汁	まぐろ, 豚肉, 油揚 げ, 鶏肉	★牛乳	米, 麦, 片栗粉, 小 麦粉, 砂糖, はるさ め, すいとん	油, ごま, ご ま油	にんじん, ピー マン, こまつな にんじん, ほ うれんそう	しょうが, にんにく, たまねぎ, キャベツ, しめじ, りょくとうも やし, ごぼう, だいこん, ねぎ	水, 食塩, 白こしょう, 酒, しょうゆ, 本みりん, だし用かつおぶし	小麦・大豆・鶏 肉・豚肉・ごま		
16月 	チキンライス	牛乳	ししゃものフリッター プロッコリーとエビのオイスター炒め フルーツのヨーグルト和え 白菜とベーコンのスープ	鶏肉, ★卵, えび, ベーコン, 豚肉	ししゃも, ★ チーズ, あおの り, ★ヨーグル ト, ★牛乳	米, 麦, 砂糖, 小麦 粉, 片栗粉	★バター, 油 ★バター, ブ ロッコリー	にんじん, ブ ロッコリー	グリンピース, にんにく, たまね ぎ, もも缶, パイン缶, はくさい	水, トマトケチャップ, コンソメ, 食 塩, 酒, 白こしょう, トマトビュー レ, ベーキングパウダー, オイ スターソース, しょうゆ, だし用鳥ガ ラ, ベーリーフ	小麦・卵・乳・ えび・大豆・鶏 肉・豚肉・も も・ゼラチン		
17火 	ごはん	牛乳	ホイコーロー 岩石揚げ 春雨サラダ わかめスープ	豚肉, みそ, 大豆, ★卵, ボンレスハ ム	しらす干し(半 乾燥品), ひじ き, わかめ, ★牛 乳	米, 麦, 砂糖, 片栗 粉, さつまいも, 小 麦粉, はるさめ	油, ごま油, ごま	にんじん, ピー マン	たけのこ, ねぎ, キャベツ, にん にく, しょうが, きゅうり, たま ねぎ, えのきたけ	水, 酒, トウバンジャン, コンソメ, 甜面醤, しょうゆ, 米酢, からし, 食 塩, 白こしょう	小麦・卵・大 豆・鶏肉・豚 肉・ゼラチン・ ごま		
18水	ジャージャーめん	牛乳	揚げ出し豆腐きのこあんかけ ごま酢和え さつまいもの甘煮	木綿豆腐, 豚肉, 八 丁みそ, みそ	★牛乳	ホットラーメン, 小麦粉, 片栗粉, 砂 糖, さつまいも	油, ごま油, ごま	にんじん	えのきたけ, しめじ, たまねぎ, キャベツ, りょくとうもやし, きゅうり, レモン, にんにく, しょうが, ねぎ, たけのこ	水, だし用かつおぶし, しょうゆ, 本 みりん, 食塩, 酒, 米酢, 薄口ショ ウ, トウバンジャン	小麦・大豆・豚 肉・ごま		
19木	ごはん	牛乳	さばの甘辛焼き 青のりポテト ひじきのサラダ 煮豆 豆乳みぞ汁	さば, きんとき豆, 鶏肉, 白みそ, 豆乳	あおのり, ひじ き, ★牛乳	米, 麦, 砂糖, じゃ がいも	油, ごま	にんじん, みず な	りんご, しょうが, にんにく, た まねぎ, キャベツ, ホールコーン, ごぼう, はくさい, ねぎ	水, 酒, しょうゆ, トウバンジャン, 食 塩, 本みりん, 米酢, 薄口ショ ウ, からし, だし用かつおぶし	小麦・さば・大 豆・鶏肉・りん ご・ごま		
23月 	ターメリックライス	牛乳	タンドリーチキン じやがいもとコーンのソテー ゆで野菜のドレッシング和え オニオンスープ	鶏肉, ウインナー, ベーコン	★ヨーグルト, ★牛乳	米, 麦, 砂糖, じゃ がいも	★バター, 油, オリーブ 油	にんじん, ほ うれんそう	たまねぎ, にんにく, しょうが, ホールコーン, キャベツ, りょく とうもやし	水, ターメリック, 食塩, 黒こしょ う, しょうゆ, トマトケチャップ, カ レー粉, パプリカ(粉), コンソメ, 白こしょう, 米酢, 薄口ショウ ウ, からし	小麦・乳・大 豆・鶏肉・豚 肉・ゼラチン		
24火 	いりこ菜めし	牛乳	豚肉とじやがいもの南蛮煮 千草焼き 揚げボールのてり煮 豆腐スープ	高野どうふ, 白み そ, 豚肉, ★卵, 揚 げボール, 鶏肉, 豆 腐	ちりめんじや こ, わかめ, ★牛 乳	米, 麦, つきこん にやく, 砂糖, じゃ がいも, 片栗粉	油	大根菜, にんじ ん, さやいんげ ん	ごぼう, たまねぎ, ねぎ, 切干大 根	水, 酒, 本みりん, しょうゆ, 食塩, 一味とうがらし, だし用かつおぶし, 薄口ショウウ, コンソメ, 白こしょ う	小麦・卵・大 豆・鶏肉・豚 肉・ゼラチン		
25水 	ごはん	牛乳	メンチカツ コールスローサラダ ペッペのトマトソース チンゲン菜のスープ	豚肉, 豆腐, ★卵	★牛乳	米, 麦, パン粉, 小 麦粉, 砂糖, ペン ネ, 片栗粉	油, オリーブ 油	にんじん, トマ ト, チンゲンサイ	たまねぎ, キャベツ, きゅうり, ホールコーン, にんにく, しめ じ, ねぎ	水, 食塩, 白こしょう, ウスターソ ース, 本みりん, 中濃ソース, 米酢, からし, トマトケチャップ, コンソメ, バジル(粉), しょうゆ	小麦・卵・大 豆・鶏肉・豚 肉・りんご・ゼ ラチン		

※食物アレルギー対応献立における追加食品 … 12日(木) 米・麦

お知らせ

### (3年生保護者の皆様へ)給食費の返金について

卒業時までに利用しなかった給食費は、以下の流れで引落し口座に返金します。

### 返金額の確定

**2月27日(金)**に、卒業式前日までの給食予約が終了し、給食費の残額が確定します。

## 給食費精算通知書 の発送

**3月6日(金)頃**、給食費の残額がある生徒を対象に、予約システム業者から学校へ「給食費精算通知書」が送付され、担任を通じて生徒へ配付されます。

**返金額を  
保護者口座へ振込**

**3月10日(火)【予定】**、ハーベスト(株)から給食費引落し口座に返金額が振り込まれます(振込手数料はハーベスト(株)が負担します)。

## 卒業生の 返金手続き完了

**【お願い】**  
給食費の返金が完了するまで、給食費引落し口座の解約をしないでください。スムーズな返金処理のために、ご協力をお願いします。

## 《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が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・かにに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できます。

※特宝原材料

※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・えび・かに・くるみ・小麦・そば・落花生  
(※2)特定原材料に準ずるもの: アーモンド・あわび・いか・いくら・オレンジ・カシーナッツ・  
キウイフルーツ・牛肉・ごま・さけ・さば・大豆・鶏肉・バナナ・豚肉・マカダミアナッツ・もも・  
りんご・さつまいも