



令和7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年間どうぞよろしくをお願いします。



【4月分給食のお申込み】

3月31日(月) 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(木)

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 15日	水 16日	木 17日	金 18日
◆今月の栄養価◆ エネルギー 793kcal たんぱく質 34.9g 脂質 25.7g 炭水化物 110.8g カルシウム 380mg 食塩相当量 3.2g	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 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すまし汁 牛乳	ごはん 銀鮭の味噌マヨネーズがけ じゃがいもとウインナーのカレー炒め 三色ナムル キャベツと豚肉のスープ ジョア プレーン	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 ニューサマーオレンジ 豆腐スープ 牛乳
	I初給 814 kcal たんぱく質 33.3 g 脂質 28.3 g カリウム 281 mg	I初給 793 kcal たんぱく質 34.4 g 脂質 25.4 g カリウム 403 mg	I初給 751 kcal たんぱく質 31.4 g 脂質 24.2 g カリウム 751 mg	I初給 744 kcal たんぱく質 36.4 g 脂質 16.5 g カリウム 359 mg
21日	22日	23日	24日	25日
ごはん ソースとんかつ ボイルキャベツ 切干し大根のサラダ 揚げボールのてり煮 さつまい 牛乳	ごはん 生揚げと豚肉のごまみそ煮 鶏ささみの磯辺揚げ フルーツ和え にら玉スープ 牛乳	ごはん たらの和風ドレッシングがけ 豚肉と大根のうま煮 鎌倉産わかめのサラダ 五目スープ 牛乳	くらパン スパニッシュオムレツ 和風パンネ 花野菜サラダ コーンチャウダー 牛乳	たけのこごはん さわらの竜田揚げ さつまいもと昆布の煮物 おかか和え 玉ねぎのみそ汁 牛乳
I初給 826 kcal たんぱく質 37.8 g 脂質 25.2 g カリウム 311 mg	I初給 820 kcal たんぱく質 38.1 g 脂質 26.1 g カリウム 366 mg	I初給 744 kcal たんぱく質 33.2 g 脂質 22.3 g カリウム 299 mg	I初給 841 kcal たんぱく質 35.6 g 脂質 31.2 g カリウム 372 mg	I初給 752 kcal たんぱく質 33.2 g 脂質 24.8 g カリウム 348 mg
28日	29日	30日	* マークがついている日は、食物アレルギー対応食がある日です。 その他アレルギー情報の詳細は、裏面をご覧ください。 * 学校行事等により給食がない日は予約ができません。給食の実施日については、学校からの予定等をご確認ください。 * 使用食品等の都合により、献立を変更することがあります。	
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	昭和の日	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		
I初給 753 kcal たんぱく質 30.9 g 脂質 24.6 g カリウム 367 mg		I初給 881 kcal たんぱく質 39.9 g 脂質 33.6 g カリウム 323 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	22日
銀鮭の味噌マヨネーズがけ	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
くらパン	ごはんに変更	スパニッシュオムレツ
ソフトめんカレーソース	スキムミルク・バター抜き	甘辛ポテト

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。ぜひ地元子ど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23日（水）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、食べてもらえたらうれしいです。



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（木）に口座振替を実施しました。給食費は**3月5日（水）15時頃**に予約システムにチャージされます。引落し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28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（木）**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（月）**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（水）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ます）

◆ 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（水）15時頃**からできます。**3月31日（月）**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

