

令和8年2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 | | | | |
| | | | | 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 2日 | ごはん | 牛乳 | 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 | さけ、鶏肉、油揚げ、白みそ | ★牛乳 | 米、麦、砂糖、片栗粉、さつまいも | 練りごま、ごま | こまつな、にんじん | はくさい、りょくとうもやし、レモン、ごぼう、だいこん、ねぎ | 水、しょうゆ、酒、本みりん、食塩、だし用かつおぶし | 小麦・さけ・大豆・鶏肉・ごま |
| 3月 3日 | ごはん | 牛乳 | 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 | 油揚げ、まいわし、炒り大豆、きな粉、鶏肉 | ★牛乳 | 米、砂糖、片栗粉 | 油、ごま油、ごま | にんじん、こまつな、ほうれんそう | キャベツ、ホールコーン、きくらげ | 水、米酢、食塩、だし用かつおぶし、しょうゆ、本みりん、酒、薄口しょうゆ | 小麦・大豆・鶏肉・ごま |
| 4月 4日 | ごはん | 牛乳 | 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 | 豚肉、高野どうふ、さつま揚げ、白みそ | わかさぎ、★牛乳 | 米、麦、しらたき、砂糖、じゃがいも、つきこんにやく、小麦粉、片栗粉 | 油 | にんじん、さやいんげん | たまねぎ、ごぼう、たけのこ、えのきたけ、だいこん、ねぎ | 水、酒、だし用かつおぶし、本みりん、しょうゆ、食塩、だし用煮干 | 小麦・大豆・豚肉 |
| 5月 5日 | 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 ゆず大根 里芋のみそ汁 | 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、里芋 | 油 | にんじん、にら | たまねぎ、えのきたけ、キャベツ、にんにく、しょうが、だいこん、ゆず | 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、だし用煮干 | 小麦・いか・大豆・豚肉 |
| 6月 6日 | カツカレー  | 牛乳 ストロベリー | 福神漬 ゆで野菜のドレッシング和え 甘辛ポテト | 豚肉、★卵 | ★はっこ乳 | 米、麦、小麦粉、パン粉、砂糖、じゃがいも | 油、★バター | にんじん | 福神漬、キャベツ、りょくとうもやし、きゅうり、たまねぎ、にんにく、しょうが | 水、食塩、白こしょう、米酢、薄口しょうゆ、からし、一味とうがらし、しょうゆ、本みりん、カレー粉、ワイン(赤)、トマトケチャップ、中濃ソース、ウスターソース、コンソメ | 小麦・卵・乳・大豆・鶏肉・豚肉・りんご・ゼラチン |
| 9月 9日 | ごはん  | 牛乳 | 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 | めかじき、豚肉、白みそ、焼き竹輪、★卵 | ★牛乳 | 米、麦、片栗粉、砂糖、じゃがいも | 油 | にんじん、さやいんげん、こまつな | しょうが、たまねぎ、キャベツ、ホールコーン、ねぎ | 水、食塩、酒、だし用かつおぶし、しょうゆ、薄口しょうゆ、本みりん、米酢 | 小麦・卵・大豆・豚肉 |
| 10月 10日 | ごはん  | 牛乳 | 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 | 豚肉、八丁みそ、生揚げ、鶏肉 | あおのり、★牛乳 | 米、麦、砂糖、片栗粉、★天ぷら粉 | 油 | にんじん、チングンサイ | にんにく、しょうが、たけのこ、ねぎ、たまねぎ、だいこん | 水、酒、しょうゆ、トウバンジャン、コンソメ、食塩、白こしょう、レモンゼリー、だし用鳥ガラ、ペーリーフ | 小麦・卵・大豆・鶏肉・豚肉・ゼラチン |
| 12月 12日 | コーンライス | 牛乳 | 鶏肉のプロヴァンサルソースがけ マカロニサラダ プロッコリーのソテー 白菜とベーコンのスープ | 鶏肉、ボンレスハム、ベーコン、豚肉 | ★牛乳 | 米、麦、砂糖、マカロニ | オリーブ油、油 | トマト、にんじん、プロッコリー | ホールコーン、しょうが、にんにく、たまねぎ、きゅうり、はくさい | 水、コンソメ、食塩、ワイン(白)、本みりん、しょうゆ、トマトケチャップ、白こしょう、パジル(粉)、パセリ(乾)、米酢、からし、黒こしょう、だし用鳥ガラ、ペーリーフ | 小麦・大豆・鶏肉・豚肉・ゼラチン |
| 13月 13日 | ごはん | 牛乳 | 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 | 鶏肉、おからパウダー、白みそ | かえり煮干、わかめ、★牛乳 | 米、麦、じゃがいも、砂糖、片栗粉、上新粉 | 油、ごま | にんじん、さやいんげん、こまつな、糸みつけ | たけのこ、たまねぎ、しょうが、キャベツ、りょくとうもやし、ゆず、しめじ | 水、だし用かつおぶし、本みりん、しょうゆ、食塩、薄口しょうゆ、酒、だし用煮干 | 小麦・大豆・鶏肉・ごま |
| 16月 16日 | ごはん | 牛乳 | 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 | さば、生揚げ、豚肉 | 短冊昆布、★牛乳 | 米、麦、片栗粉、小麦粉、砂糖 | 油、ごま | にんじん | にんにく、だいこん、キャベツ、りょくとうもやし、きゅうり、たまねぎ、えのきたけ、たけのこ | 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、ゆかり、だし用鳥ガラ、コンソメ、白こしょう | 小麦・さば・大豆・鶏肉・豚肉・りんご・ゼラチン・ごま |
| 17月 17日 | 揚げパン  | 牛乳 | ポトフ風煮 ベンヌソテー ほうれんそうのサラダ | 鶏肉、ウインナー、豚肉、ボンレスハム | ★牛乳 | ★コッペパン、グラニュー糖、じゃがいも、ベンネ、砂糖 | 油、オリーブ油 | にんじん、プロッコリー、さやいんげん、ほうれんそう | たまねぎ、だいこん、エリンギ、にんにく、キャベツ、りょくとうもやし | シナモン、水、ペーリーフ、ガラスープ、コンソメ、食塩、白こしょう、本みりん、しょうゆ、米酢 | 小麦・乳・大豆・鶏肉・豚肉・ゼラチン |
| 18月 18日 | ビビンバ丼 | 牛乳 | 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 | 豚肉、みそ、竹輪、鶏肉 | あおのり、細切昆布、ひじき、★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、切干大根、たまねぎ、えのきたけ | 水、しょうゆ、コチュジャン、本みりん、食塩、米酢、薄口しょうゆ、コンソメ、白こしょう | 小麦・大豆・鶏肉・豚肉・ゼラチン・ごま |
| 19月 19日 | ごはん | 牛乳 | 鶏肉の塩から揚げ 豚肉と大根のうま煮 プロッコリーのレモン酢和え 辛味豆腐汁 | 鶏肉、豚肉、豆腐、白みそ | ★牛乳 | 米、麦、砂糖、片栗粉、小麦粉 | 油、ごま油 | にんじん、さやいんげん、プロッコリー、にら | しょうが、にんにく、だいこん、レモン、キャベツ、えのきたけ | 水、酒、ガラスープ、食塩、白こしょう、本みりん、しょうゆ、米酢、薄口しょうゆ、トウバンジャン、だし用煮干 | 小麦・大豆・鶏肉・豚肉・ごま |
| 20月 20日 | ごはん  | 牛乳 | 豆腐ハンバーグトマトソース ガーリックバーターポテト 豆サラダ コーンスープ | 豚肉、豆腐、★卵、大豆、白いんげん豆 | ひじき、★スキムミルク、★生クリーム、★牛乳 | 米、麦、パン粉、砂糖、片栗粉、じゃがいも、小麦粉 | 油、★バター | さやいんげん、にんじん | たまねぎ、にんにく、ホールコーン、えだまめ、きゅうり、クリームコーン | 水、ナツメグ(粉)、食塩、白こしょう、トマトケチャップ、中濃ソース、しょうゆ、米酢、からし、コンソメ | 小麦・卵・乳・大豆・鶏肉・豚肉・豚肉・りんご・ゼラチン |
| 24月 24日 | ごはん | 牛乳 | 筑前煮 大根サラダ 揚げしゅうまい 豆腐のみそ汁 | 鶏肉、高野どうふ、しゅうまい、豆腐、白みそ | ★牛乳 | 米、麦、こんにゃく、砂糖、里芋 | ごま油、油 | にんじん、さやいんげん | ごぼう、だいこん、きゅうり、ホールコーン、たまねぎ、しめじ、ねぎ | 水、だし用かつおぶし、本みりん、しょうゆ、食塩、米酢、からし、だし用煮干 | 小麦・大豆・鶏肉・豚肉・ごま |
| 25月 25日 | チャーハン  | 牛乳 | 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 | 豚肉、★卵、メルルーサ、鶏肉 | ★牛乳 | 米、麦、片栗粉、小麦粉、砂糖、はるさめ、トック(韓国もち) | 油 | にんじん、チングンサイ | しょうが、ねぎ、グリンピース、たまねぎ、たけのこ、キャベツ、だいこん、えのきたけ、しらぬひ | 水、食塩、コンソメ、白こしょう、しょうゆ、酒、カレー粉、オイスターソース、だし用鳥ガラ | 小麦・卵・オレンジ・大豆・鶏肉・豚肉・ゼラチン |
| 26月 26日 | くろパン  | 牛乳 | 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 | さけ、ベーコン | ★牛乳 | ★黒パン、片栗粉、小麦粉、じゃがいも、砂糖、アルファベットマカロニ | 油、★バター | こまつな、にんじん | たまねぎ、えのきたけ、しめじ、レモン、キャベツ、りょくとうもやし、しょうが、はくさい | しょうゆ、酒、本みりん、食塩、黒こしょう、パセリ(乾)、米酢、薄口しょうゆ、白こしょう、水、だし用鳥ガラ、ペーリーフ、コンソメ | 小麦・乳・さけ・大豆・鶏肉・豚肉・ゼラチン |
| 27月 27日 | ごはん | 牛乳 | 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 | 鶏肉、さつま揚げ、大豆、油揚げ、白みそ | わかめ、★牛乳 | 米、麦、砂糖、さつまいも、片栗粉 | ごま油、油、ごま | にんじん、にら、こまつな | たまねぎ、キャベツ、にんにく、しょうが、りんご、だいこん | 水、酒、しょうゆ、トマトケチャップ、コチュジャン、食塩、だし用かつおぶし、薄口しょうゆ、本みりん、だし用煮干 | 小麦・大豆・鶏肉・りんご・ごま |

*食物アレルギー対応献立における追加食品 ……10日(火)小麦粉 17日(火)米・麦 26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する方へ「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する方へ「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・カシューナッツ・キウフルーツ・牛肉・ごま・さけ・さば・大豆・鶏肉・バナナ・豚肉・マダミアナッツ・もも・やまいも・りんご・ゼラチン

『鎌倉海藻ポーク』

2月4日肉じゃがに使用する鎌倉海藻ポークは、通常廃棄される海藻を加工した飼料を食べて育った、鎌倉発のブランド豚です。海岸に打ち上げられた海藻を拾い集めて洗って乾燥させ、細かく刻んだり碎いたりして飼料に加工しますが、これらの作業は、市内にある福祉施設の利用者の方々が行っています。鎌倉海藻ポークができるまでには、たくさんの人々の協力があることがわかります。肉の甘味があり、調味料の使用量を抑えることができます。

「水産+福祉+畜産」の連携で生まれた鎌倉海藻ポーク、おいしく食べてほしいです。



↑鎌倉の海岸に打ち上げられた海藻

◆ID・パスワードをお忘れの方へ◆

▶メールアドレスを登録している方

予約システムのログイン画面で「パスワードが分からぬ方はこちら」をクリックし、メールアドレスを入力してください。ご登録のメールアドレスに、利用者IDとパスワードが記載されたメールが届きます。

▶メールアドレスを登録していない方

中学校の給食受入室で「各種書類発行依頼書」を受け取り、必要事項を記入して給食受入室のポストに投函してください。約5日後、学校を通じて「認証情報通知書」をお届けします。

受験などで給食をキャンセルする際に必要です！