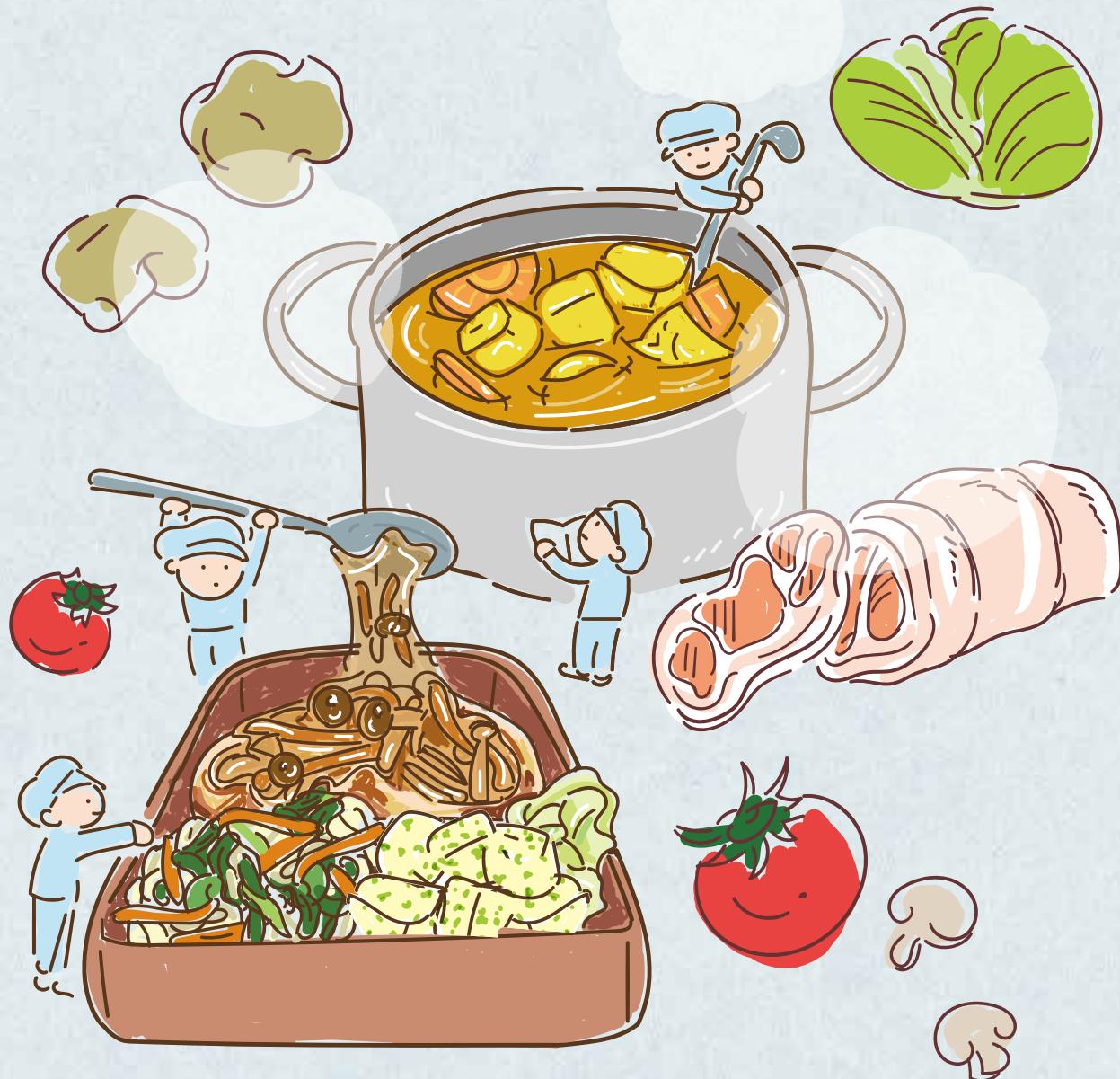


鎌倉市

中学校給食 利用ガイド

保存版



令和7年（2025年）12月
鎌倉市教育委員会



学校給食について

主食・副食(+汁物)・牛乳 3つ揃った完全給食

文部科学省が定める
「学校給食摂取基準」に基づき
主食・副食(おかず)・牛乳の
揃った完全給食を実施しています。
主食は米飯を中心
パンやめんも提供します。
おかずは3~4品
汁物容器には、みそ汁やスープのほか
カレーなどが入ることもあります。

だから手作り

かつおぶし・煮干・
昆布・鶏がらなどから
だしを取って使用します。
カレーやシチューなどのルウや
ハンバーグ、かき揚げなども
手作りしています。



密閉フタ付き
汁物容器



カレールウは
別容器!



箸やスプーンも
用意!
(持参不要)



副食容器は
おかずをバランスよく盛り付けられる
ように3つの仕切り



アレルギー対応食は
違う色の容器でしっかり区別

食材を大切に

加工品の使用はできるだけ控え
魚、豆・豆製品、海藻など
家庭ではとりにくい食材も
積極的に取り入れています。



なぜおかずは冷まさなければならないの?

デリバリー方式の給食提供では、盛付け・配送があるため、調理終了から生徒が給食を食べるまで時間がかかります。食中毒菌が増殖しやすい温度帯(20~50°C)に長時間置かないよう、3品が1つの容器に入れるおかずには限り、すべて温度を下げて提供しています。なお、冷ましてもおいしく食べられるよう、味付けや使用食材、調理方法を工夫しています。

おかずの
提供温度

ごはん・汁物の
提供温度

加熱調理は、
85°Cに達したかを
必ず確認



栄養価について

中学生の学校給食摂取基準に基づき、
1日に必要な栄養の1/3程度(カルシウム
は1/2程度)をとることを目指して献立を作成しています。

エネルギー	830kcal	マグネシウム	120mg
たんぱく質	摂取エネルギー 全体の13~20%	鉄	4.5mg
脂 質	摂取エネルギー 全体の20~30%	ビタミン A	300μgRAE
食塩相当量	2.5g未満	ビタミン B ₁	0.5mg
カルシウム	450mg	ビタミン B ₂	0.6mg
		ビタミン C	35mg
		食物繊維	7g以上

※体格や食べる量を考慮して、各クラスのコンテナ
におかわり用の主食を用意しています(無料)。

鎌倉市の中学校給食は、栄養バランスのとれた昼食の提供を通じて、健康の保持増進と、食文化の理解や食に関する指導など食育の推進を目的としています。献立は、旬の食材や栄養バランスを考慮して、市の栄養士が毎月作成しており、多くの食材をさまざまな調理法で提供し、おいしく、魅力ある給食づくりに努めています。

食文化を伝えます



季節の行事食や全国の郷土料理など古くから伝わる大切な日本の食文化を給食で伝えます。
また、外国の料理を取り入れることで世界の食文化への理解を深めます。



保温コンテナで“温かさ”をキープ

ごはんと汁物は蓄熱剤を入れた専用の保温コンテナに入れて配達しています。
なお、副食は食中毒防止の観点から調理後冷ましたものを盛り付け提供しています。



繰り返し使用できる蓄熱剤を毎日用意



出来たてのごはんと汁物は工場から保温コンテナで“温かい状態”で各校へ

「ある日の献立」

- ・ごはん・かじきの竜田揚げ
- ・生揚げのケチャップ煮
- ・白菜のおかか和え・ブロッコリー
- ・小松菜のみそ汁・牛乳

給食費 1食 330 円（うち牛乳代 50 円）

全て食材料費に使用します。

※教職員は金額が異なります。

委託調理業者 ハーベスト株式会社

（鎌倉工場：鎌倉市笛田 1-11-15）

健康な未来を育てる 給食と骨づくり

人の骨量は、20～30歳代でピークとなる「最大骨量」を迎え、徐々に減少していきます。ピーク後に骨量を増やすことは難しいため、成長期にカルシウムの多い食事を心がけ、どれだけ骨量を蓄えるかが重要です。

学校給食で提供する牛乳は、成長期の生徒のカルシウム源として大変重要であり、不足しがちなカルシウムを補完する大きな役割を果たしています。



安全な食材を選ぶ取組をしています！

● 鎌倉市独自の基準を設け、原則として国産品を使用、遺伝子組み換え食品や食品添加物の多い食品を使用しないなど、より安全で安心な食材の使用に努めています。また、食材産地は鎌倉市ホームページで公開しています。

● 学期に1回、「物資選定委員会」を開催し、市の栄養士・校長の代表・保護者の代表・調理業者の代表などが集まり、給食で使用する食材を選定しています。

成分や原料の産地、見本品の品質を確認しながら、より安全でおいしい食材を1品ずつ選定しています。



利用手続き

やること

1

申請手続き

12月～1月

確認シートにそって
手続きすれば
いいんだね！



新入生

QRコードを読み取り、メールアドレスを入力するとメールが届きます。
メールに記載のURLにアクセスし、申請登録を行ってください。

申請手続はこちら



※インターネット環境のない方は、鎌倉市教育委員会へお電話いただきますようお願いします。
※申請内容の変更を希望する場合には、再度申請し直してください。

転入生
在校生
教職員

食物アレルギーがある方

健康上の理由で牛乳が飲用できない方

鎌倉市ホームページに掲載している次の書類を鎌倉市教育委員会へ郵送してください。詳しくは、ホームページをご確認ください。

※インターネット環境のない方は、鎌倉市教育委員会へお電話いただきますようお願いします。

2

ID・パスワードの受信

中2月

ID・パスワードのメールが届きます（大切に保管してください。）

3

給食費のお支払い

2月下旬～3月中旬

小学校給食費の引落し口座を引き継ぐ方

2月に4月分の給食費を引き落とします。
以降、毎月27日（土・日曜、祝日の場合は翌平日）に翌々月分の給食費を引き落とします。

4

予約システムに給食費がチャージされます

3月下旬～上旬

5

給食の予約



在校時一括予約をお申し込みの方

予約操作は不要です。

確認シート

内容説明

在校時一括予約 とは？

申請登録後、完了メールが届きます

※メールの受信拒否などの制限をかけている場合は、予約システムからのメールを受信できないことがあります。「@futureinn-lunch.jp」からのメールを受信できるよう設定してください。

毎月初旬に翌月分の予約が自動的に入ります。(予約操作不要)

インターネット予約
(ご自身で予約が必要です)

予約忘がなくオススメです!
ぜひ、ご利用ください!



おすすめ!

● 約8割の方に
“在校時一括予約”を
ご利用いただいております。

● 一度お申し込みいただいて、途中から解除することも
可能です。

申請手続はこちら

こちらの QR コードから申請登録を行ってください。



食物アレルギーがある方

「食物アレルギー対応申請書」
及び

「学校生活管理指導表」

牛乳アレルギーや乳糖不耐症など
健康上の理由で

牛乳が飲用できない方

「牛乳等飲用停止(再開)申出書」

申請書類はこちら



鎌倉市ホームページ

引落し口座を変更する方・口座の登録がない方

1年生の1学期(4~7月)分はコンビニ払込票でお支払いください。

2学期以降は、口座引落しとなります(予定)。

※後日、コンビニ払込票及び口座振替依頼書の2点を送付します。



引落しの4日後15時以降(土・日曜、祝日を除く)に予約システムに給食費がチャージされます。
確認方法は、7ページのステップ6を参照してください。

※コンビニ払込票の場合は、お支払いの2日後(土・日曜、祝日を除く)に予約システムに給食費がチャージされます。

在校時一括予約をお申し込みしていない方

予約操作が必要です。

操作方法は、7ページを参照してください。

食物アレルギーの方は
8ページだよ!

予約期間: 前月初旬~20日



給食費について

基本情報

引落し額（毎月定額）：6,050円
給食費 5,940円（330円×18食）+手数料 110円
※教職員は金額が異なります。

引落し日：毎月 27 日（土・日曜、祝日の場合は翌平日）
※6月の引落しはありません。

支払い方法：金融機関口座からの自動引落し

※物価高騰等に伴い、市が給食費の一部を補助しています。
(補助の内容はこちら)



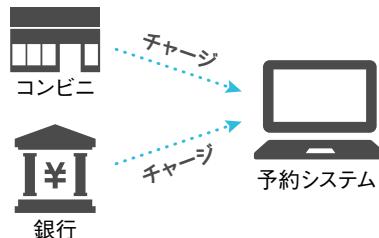
給食費のしくみ

支払った給食費はチャージされます

① 5,940円+手数料 のお支払い。

② 予約システムに5,940円がチャージされます

（コンビニ払いは翌日 15 時以降、口座引落しは4日後 15 時以降（土・日曜、祝日を除く））。

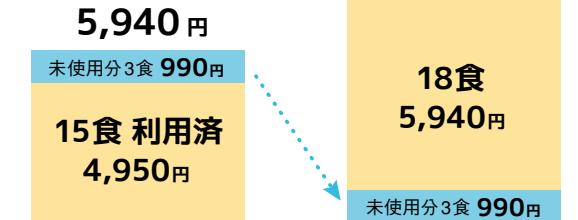


③ チャージ金額から予約した食数分が差し引かれます。

利用しなかった給食費は翌月に繰り越し

給食を予約した食数分の給食費をチャージ金額から差し引き、残額がある場合は自動的に翌月分に繰り越しします。

6,930円



4月分

5月分

※給食の利用回数に関わらず、毎月 27 日に 6,050 円を引き落とします。ただし、毎月 14 日頃の時点で予約システムに 14,000 円以上の残額がある場合には、引落しは行いません。

就学援助の認定を受けている方

中学校入学後も認定を受けた場合、利用した分の給食費全額を、利用月の翌月末に就学援助申請時に申出のあった金融機関口座へ振り込みます（4～6月分のみ7月末）。



コンビニ払込票でまとめ払いもできます

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へ投函してください。任意で3～8か月分を選ぶことができます。

※コンビニ払込票でのお支払いには、給食費に加え、手数料148円がかかります。

予約について

予約期間：前月初旬～20日

キャンセル期限：給食実施日の7日前
(土・日曜、祝日を除く)
の午後1時まで。操作
方法は10ページを参
照してください。

この日の13:00まで
キャンセル可能



※土・日曜、祝日はカウントしない。

給食を予約する

※「在校時一括予約」をお申し込みの方は予約操作不要です。

1か月単位での予約になります。1日ごとの予約はできません。

食物アレルギーのある方は8ページへ

予約期間：前月初旬

鎌倉市中学校給食

検索



1
STEP

「ログインする」をタップ。

2
Step

認証情報通知メールに記載しているIDとパスワードを入力し、「ログイン」をタップ。
※ IDとパスワードを忘れた方は最終ページのよくある質問を参照。

3
STEP

Aが予約する月になっているか確認する。月が合っていたら **B**をタップ。

4
STEP

「一括予約する」をタップ。

5
STEP

「OK」をタップ。

6
STEP

「一括予約しました」と表示されれば予約完了です。
※予約システムにチャージされている金額は **C**に表示されます。

7ページ STEP ①～② の操作を行い、ログインしてください。

食物アレルギー がある 生徒の予約

※申請をした方が対象です。

食物アレルギーのある方は
献立表でアレルゲン情報を
確認しながらこちらの手順で
1日ずつ予約してください。

予約期間：前月初旬～ 20日

「卵」又は「牛乳・乳製品」の アレルギーがある方

通常食から「卵」「牛乳・乳製品」
を一括除去した「食物アレルギー
対応食」を提供します。



※「卵」又は「牛乳・乳製品」
に加え、その他のアレルギーがある方は、
該当するアレルゲンが含まれる日は、ご
家庭からお弁当を持参してください。

その他のアレルギーがある方

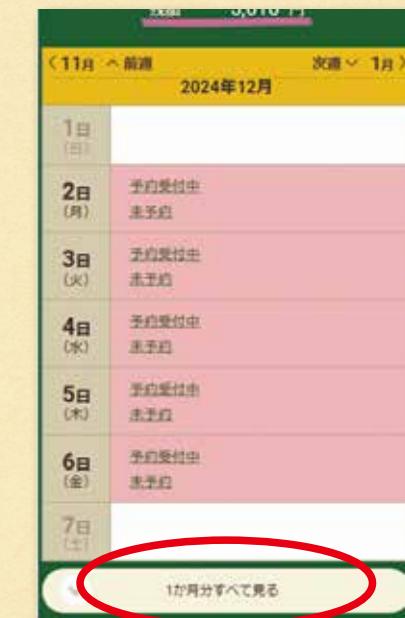
該当するアレルゲンが含まれる日
は、ご家庭からお弁当
を持参してください。



食物アレルギーに関する 情報提供について

- 毎月配布する「献立表」に、
使用食品一覧と28アレルゲン情
報を表示しています。
- 加工品や調味料等の成分につ
いては、鎌倉市ホームページに掲
載している「加工品等配合割合一
覧表」で確認できます。

3
STEP



「1か月分すべて見る」をタップして、
選択画面を開く。

4
STEP



予約したい日をタップ。

5
STEP



献立にアレルゲンが含まれていな
いか再度確認した上で「予約する」
をタップ。

6
STEP



予約した日が“予約済”になれば
予約完了です。

予約 できたか 確認したい

インターネット上で
確認する方法が
2通りあります。

1
STEP



2
STEP



PDFで見る方はA「予約確認」をタップ。サイトで見る方はB「予約履歴」をタップ。

3
STEP

PDFで確認



「OK」をタップ。

4
STEP

PDFが開きます。

※紙の「予約通知書」の発行を希望される方は個人設定で設定変更を行ってください。

3
STEP

サイトで確認



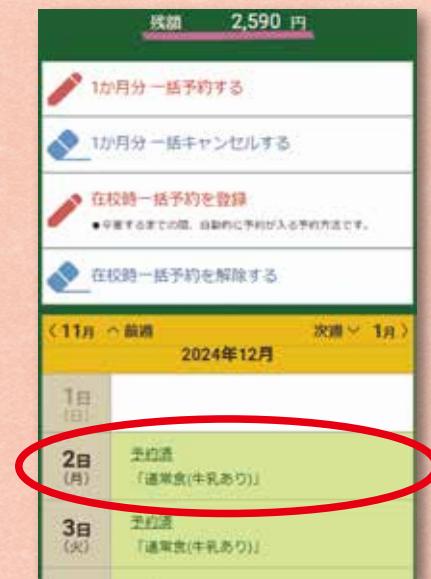
ページが開きます。
左右にスワイプして見られます。

7ページ STEP ①～② の操作を行い、ログインしてください。

予約を キャンセル したい

あらかじめ給食を食べない日が
わかっている場合は
給食実施日の7日前
(土・日曜、祝日を除く)の午後1時まで
1日単位で予約をキャンセル
することができます。

3
STEP



キャンセルしたい日をタップ。

4
STEP



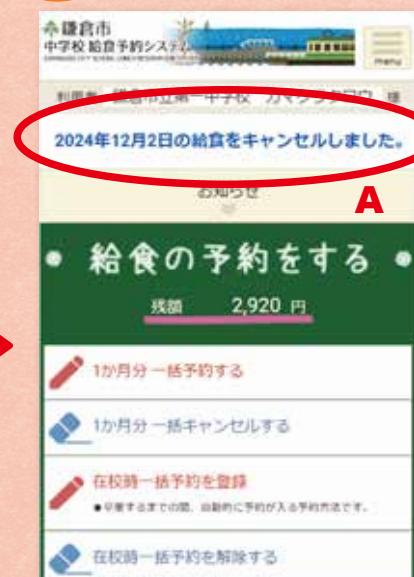
メニューが開くので、
「キャンセルする」をタップする。

5
STEP



「OK」をタップする。

6
STEP



Aの部分が選択した日付に
なっていればキャンセル完了です。

7
STEP



表示が「予約受付中／未予約」に
変わります。

現場レポート！



ハーベスト鎌倉工場から、徹底した衛生管理のもと、真心を込めて“安全・安心”な給食をお届けします。



Start!

調理スタート

中心温度を確認

加熱調理は、中心温度計で85度以上であることをしっかり確認。



連続フライヤーで続々と揚げていきます。



一日、
冷まします！

食中毒防止のため、冷却機で規定の温度まで冷まします（おかげのみ）。

栄養士が
Check!

市の栄養士が立会い、工程や味を確認します！



盛付



金属探知ゲート

盛り付けられたランチボックスは、金属探知ゲートを通して異物の有無を確認します。



＼できた！／



保管

給食受入室で衛生管理や温度管理を行います。



検食



各中学校長が給食開始時間の30分前までに、異常がないか確認しています！

＼school／



＼ハーベスト号／



配送

給食を食べてみた！

給食

Goal!!

実際に給食を利用している生徒さんたちに給食についての感想を聞いてみました。

メニュー豊富な給食！

私は、いつもおいしく給食を食べています。給食の良い点は、毎日食べても飽きない程メニューが多い点です。

小学校では栄養士さんや調理員さんの顔が見え、食育が積極的に行われていましたが、中学校では顔を見ることができず残念です。しかし、栄養バランスやカロリーなどがきちんと考えられています。家では摂取しにくい豆製品をきちんと摂取することができ、すごいと思います。そんな給食を毎日楽しみに食べています。(2学年女子)

給食には良いことが沢山！

いよいよ中学生になるみなさん！給食を頼むか悩んでいますよね？私も正直そうでした。ですが、頼んで良かったと思っています。

中学校の給食では、お皿に配膳するのではなく、おかず、ごはん、汁物がそれぞれの容器に入っています。準備と片付けがとても楽です。おかずは冷めていますが、ごはんや汁物が温かく、味も美味しいです。さらに給食は栄養士の方が栄養や必要な量を考えて作ってくださるので、放課後の部活動が終わってもお腹が空くことや栄養が偏ってたりすぎたり、栄養不足になることもありません。

給食には良いことが沢山あるので、みなさんも給食を頼みましょう！(1学年女子)

よくあるご質問

利用登録

Q 利用者IDやパスワードがわからなくなってしまいました。

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。登録された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。

Q 引落し口座は、金融機関の指定はありますか？

金融機関の指定はありません。ほとんどの金融機関に対応可能です（取扱不可：医師・新聞・警察等の信用組合、専門農協）。ご家庭で使いやすいメインバンクの届出をおすすめします。

Q 「預金口座振替依頼書」は、金融機関に行って手続をする必要がありますか？

金融機関に行く必要はありません。必要事項を記入の上、提出してください。

給食の予約

Q 学校行事などで給食のない日は、自分でキャンセル操作をする必要がありますか？

ご自身でキャンセル操作をする必要はありません。学校から連絡を受け、事前に給食の予定が入らないよう設定します。

Q 給食の予約やキャンセルは、当日することができますか？

食材を事前に発注する都合上、当日の予約やキャンセルはできません。予約のキャンセルは給食実施日の7日前（土・日曜、祝日を除く）の午後1時まで可能です。

その他

Q 家庭からおにぎりやふりかけなどを持参してもよいですか？

給食は生徒に必要な栄養価を計算して作っていますので、家庭からの持参はご遠慮ください。なお、給食の量が足りない場合は、各クラスに提供されるおかわり用の主食をご利用ください。

給食費の支払い

Q 給食費は、月によって引き落とされる金額が変わるのでですか？

毎月定額の引落しです（1食330円×18食+収納代行手数料110円=6,050円）。利用しなかった給食費は、翌月分に繰り越されます。

Q 預金残高不足により給食費の引落しが出来なかった場合、お知らせはありますか？

学校を通じて「口座引落し不能通知書」と「コンビニ払込票」をお渡しします。通知書に記載された期日までにコンビニエンスストアにてお支払いください。

Q 通帳にはどのように記載されますか？

「css.キュウショクチュウ」と記載されます。ただし、ゆうちょ銀行のみ「自払」となります。

問い合わせ

- ①給食の予約方法や予約内容の確認
- ②利用者IDやパスワードの確認・再発行

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 9:00～17:00 (土・日曜、祝日を除く)
mail : kamakura-lunch-info@futureinn.co.jp

- ①献立など、給食の内容
- ②新規利用について

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 8:30～17:00 (土・日曜、祝日を除く)