

## 藤沢市中学校給食 献立表



普通盛(牛乳付) 330円



3つの枠の中におかずが3~4品入ります。

大盛(牛乳付) 400円



おかずが一品プラス、またはメインのおかずが増量になります。

はしや  
スプーンが  
つきます！

牛乳は成長期におすすめ！



カルシウムたっぷり！

15  
月

- ・ヒレカツカレー
- ・野菜炒め
- ・フルーツあえ(みかん&りんご缶)
- ・ごはん
- ・牛乳

+ 大盛プラス +  
+ タンドリー  
チキン

16  
火

- ・鮭の塩焼き
- ・野菜の磯香あえ
- ・じゃがいものきんぴら
- ・蒸ししゅうまい
- ・みそ汁
- ・ごはん
- ・牛乳

+ 大盛プラス +  
+ 鶏天

17  
水

- ・チキンチキンごぼう
- ・ひじきポテト
- ・煮びたし
- ・春雨スープ
- ・ごはん
- ・牛乳

+ 大盛あり +

18  
木

- ・そぼろごはん(セルフ)
- ・かぼちゃの塩バターあえ  
(アーモンド入り)
- ・野菜の辛子じょうゆあえ
- ・若竹汁
- ・ごはん
- ・牛乳

+ 大盛あり +  
+ 大盛プラス +  
+ あじフライ

19  
金

- ・いかフライ
- ・ボイルウインナー
- ・小松菜とコーンのソテー
- ・ベイクドポテト
- ・にんじんしりしり
- ・ソフトめん  
ミートソース
- ・牛乳

+ 大盛プラス +  
+ 鶏肉の  
香味焼き

22  
月

- ・鶏肉の唐揚げ
- ・春キャベツのソテー
- ・新じゃがいもの煮物
- ・スタミナきゅうり
- ・沢煮わん
- ・小松菜ふりかけ
- ・ごはん
- ・牛乳

+ 大盛あり +

23  
火

- ・カミカミビンバ  
(アーモンド入り)
- ・チャブチエ
- ・黒ごまだんご
- ・わかめと大根のスープ
- ・ごはん
- ・牛乳

+ 大盛あり +

24  
水

- ・ハンバーグカレーソース
- ・マッシュポテト
- ・えびとマカロニのトマト煮
- ・小松菜そぼろ
- ・コーンライス
- ・ミニあげパン
- ・牛乳

+ 大盛プラス +  
+ ほたてフライ

25  
木

- ・筑前煮
- ・藤沢産しらす入り湘南かき揚げ
- ・県産野菜のおかかあえ
- ・みそ汁
- ・県産ひじきふりかけ
- ・ごはん
- ・牛乳

+ 大盛プラス +  
+ さばの塩焼き

26  
金

- ・かじきのステーキ
- ・ゆで野菜
- ・ミートボールのケチャップあえ
- ・小松菜のペペロンチーノ
- ・コーンスープ
- ・ごはん
- ・牛乳

+ 大盛プラス +  
+ フライド  
チキン

## おかずの大盛について

+ 大盛あり +  
マークの日

下線を引いてあるおかず  
が増えます。

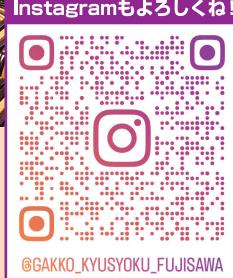
+ 大盛プラス +  
マークの日

おかずの大盛を注文した  
場合のみ増える献立名を  
のせています。30  
火

- ・太刀魚の  
バーベキューソースかけ
- ・ゆで野菜
- ・ミートポテト
- ・フルーツあえ(パイン&りんご缶)
- ・ABCスープ
- ・ごはん
- ・牛乳

+ 大盛プラス +  
+ 鶏肉の  
照り焼き

安全な給食を提供するため、異物が入らないよう衛生管理に気を付けています

ランチボックスに  
異物の付着がないか  
1つずつ確認！ふたの表裏も確認して  
最後は金属探知機に  
通します目以外のすべてを覆って  
異物対策をし、衛生的に  
盛り付けていますInstagramもよろしくね！  
@GAKKO\_KYUSYOKU\_FUJISAWAInstagramでは給食の内容、  
調理の様子などを発信しています！  
毎日実際の中学校給食の写真を投稿中！

食材は味や価格、産地などを比べて選定しています！

基本的に小学校給食と  
同じ食材を使用しています。