令和6年 9月

藤沢市中学校給食 献立表

中学校給食に キュンと 藤沢 するまち。

2 月

- **大豆入り炒り鶏**
- かぼちゃの塩バターあえ（アーモンド入り）
- 煮びたし
- わかめと大根のスープ
- ごはん
- 牛乳

＋大盛あり＋
＋大盛プラス＋
- おろしハンバーグ

3 火

- **ホキのピリ辛ソースかけ**
- ゆで野菜
- えびと小松菜の塩炒め
- 切干大根の煮つけ
- みそ汁
- ごはん
- 牛乳

＋大盛プラス＋
- 豚肉のしょうが焼き

4 水

- **照り焼きチキン**
- バジルパスタ
- マッシュポテト
- キャロットラペ
- 野菜スープ
- コッペパン
- アプリコットジャム
- 牛乳

＋大盛あり＋

かながわランチ 5 木

- **焼肉丼（神奈川県産豚肉・藤沢産梨使用）**
- ゆで野菜
- ひじきポテト（神奈川県産ひじき使用）
- 沢煮わん
- ごはん
- 牛乳

＋大盛あり＋

6 金

- **ドライカレー**
- キャベツとベーコンのソテー
- フルーツあえ（黄桃缶＆りんご缶）
- ＡＢＣスープ
- ごはん
- 牛乳

＋大盛あり＋
＋大盛プラス＋
- ハムカツ

9 月

- **鶏肉のアーモンドからめ**
- むしじゃがいも
- キャベツのペペロンチーノ
- にんじんしりしり
- コーンスープ
- ごはん
- 牛乳

＋大盛あり＋

10 火

- **豚肉のカレー煮**
- 揚げじゃがいものそぼろ煮
- きゅうりの香りづけ
- みそ汁
- ごはん
- 牛乳

＋大盛あり＋
＋大盛プラス＋
- さばの塩焼き

11 水

- **ハヤシライス**
- キャベツとコーンのソテー
- フルーツあえ（パイン缶＆りんご缶）
- ごはん
- 牛乳

＋大盛あり＋
＋大盛プラス＋
- 鶏肉の唐揚げ

12 木

- **鮭のみそマヨネーズ焼き**
- もやしとにらの辛子あえ（新）
- 豚肉とさつまいもの甘辛煮
- キャベツとちくわのごまあえ
- 卵入り野菜スープ
- ごはん
- 牛乳

＋大盛プラス＋
- 豚カツ

13 金

- **チキンチキンごぼう**
- キャベツのナムル
- 大豆のカレー煮
- 冷凍みかん
- ごはん
- 牛乳

＋大盛プラス＋
- 白糸鱈の照り焼き

5、26日は、地産地消「かながわランチ」です

5日のかながわランチは・・・

- 「焼肉丼」は、神奈川県産の豚肉、手作りのたれは藤沢産の梨を使って作ります。
- 「ひじきポテト」のひじきは神奈川県産です。

26日のかながわランチは・・・

- 「さつまいものアーモンドがらめ」は、小学校で人気の料理で中学校で新登場です！
  神奈川県産のさつまいもを使います。
- 「しらすと小松菜のソテー」のしらすは、藤沢産です。

十五夜 17 火

- **うずら卵と野菜の五目煮**
- ちくわの磯辺揚げ
- 黒ごまだんご
- みそ汁
- ひじきふりかけ
- ごはん
- 牛乳

十五夜

＋大盛あり＋
＋大盛プラス＋
- ホキの揚げ煮

ハンバーグが新しくなりました 18 水

- **ハンバーグトマトソース**
- 粉ふきいも
- チンゲンサイとキャベツのソテー
- コロコロサラダ
- パンプキンスープ
- ロールパン
- 牛乳

＋大盛あり＋
＋大盛プラス＋
- あじフライ

19 木

- **ビビンバ（アーモンド入り）**
- チャプチェ
- もやしのナムル
- わかめスープ
- ごはん
- 牛乳

＋大盛あり＋

20 金

- **さんまのかば焼き**
- ゆで野菜
- 鶏肉と大豆のうま煮
- おかかあえ
- かきたま汁
- ごはん
- 牛乳

＋大盛あり＋
＋大盛プラス＋
- 鶏天

24 火

- **フライドチキン**
- 野菜ソテー
- ジャーマンポテト
- スタミナきゅうり
- ミネストローネ
- カレーふりかけ
- ごはん
- 牛乳

＋大盛あり＋

25 水

- **鮭の塩焼き**
- キャベツとわかめのごまあえ
- さつまいもとにんじんのかき揚げ
- ミートボールのケチャップあえ
- ひじきのかきたま汁
- ごはん
- 牛乳

＋大盛プラス＋
- 鶏肉の香味焼き

かながわランチ 26 木

- **チキントマトカレー**
- さつまいものアーモンドがらめ（新）（神奈川県産さつまいも使用）
- しらすと小松菜のソテー（藤沢産しらす使用）
- ジュリアンスープ
- ごはん
- 牛乳

＋大盛プラス＋
- ボイルウィンナー

27 金

- **白糸鱈の磯辺揚げ**
- じゃがいものごま炒め
- 野菜の磯香あえ
- みかん缶＆寒天缶
- ジャージャーめん
- ソフトめん
- 牛乳

＋大盛あり＋
＋大盛プラス＋
- いかの天ぷら

30 月

- **太刀魚のバーベキューソースかけ**
- ゆで野菜
- 生揚げの煮つけ
- 糸昆布の炒め煮
- 春雨スープ
- プルーン
- ごはん　・牛乳

＋大盛プラス＋
- 豚肉のケチャップ煮

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。

昔から秋は、月がきれいに見える季節と言われ、十五夜と十三夜の2回、お月見の行事が行われてきました。

平安時代には主に貴族がお月見をしていたそうですが、江戸時代に秋の収穫に感謝する祭として庶民にも親しまれるようになりました。お月見には月見団子を備え、収穫への感謝をし、健康、幸福を祈るそうです。

夜空のきれいな月を見上げてみてはいかがでしょうか。

今年は、十五夜が９月21日、十三夜が10月15日です。

※アレルギーにつきましては、藤沢市学校給食課のホームページよりご確認ください。

藤沢市教育委員会　学校給食課　50-8247