



「令和5年度かながわ学校給食夢コンテスト」応募作品

湘洋中学校 柚木美沙希さん考案 「湘南しらすーぷ」



しらすと色とりどりの野菜、ハム、コーンが入ったカラフルなスープです！給食では大量調理のためできませんでしたが、しらすをごま油で炒めると風味がプラスされ、より美味しくなるそうなので、おうちでもぜひ作ってみてください！素敵な作品、ありがとうございます！

かながわランチ

1 木



- 豚丼(県産豚肉)
大根の煮つけ(県産大根)
おかかあえ(藤沢産小松菜)
湘南しらすーぷ
藤沢産米ごはん
牛乳

アレルギー 小麦、乳

+ 大盛あり +

2月3日は 節分

2 金



- いわしのかば焼き
ゆで野菜
えびと小松菜の塩炒め
炒り大豆
おでん
ごはん
牛乳

アレルギー えび、小麦、乳

+ 大盛プラス +

5 月



- ドライカレー
キャベツとコーンのソテー
ジャーマンポテト
冬野菜のスープ
ヨーグルト
ごはん
牛乳

アレルギー 小麦、乳

+ 大盛プラス +

6 火



- さばの塩焼き
煮びたし
鶏肉と大豆のうま煮
しらたきの炒めもの
みそ汁
ごはん
牛乳

アレルギー 小麦、乳

+ 大盛プラス +

7 水



- いかフライ
ポイルウインナー
きのこのペペロンチーノ
大学芋 ツナと野菜の炒めもの
ミネストローネ
小松菜ふりかけ
ごはん 牛乳

アレルギー 小麦、乳

+ 大盛プラス +

8 木



- 鶏肉のアーモンドからめ
こぶきいも
野菜の辛子しょうゆあえ
みかん缶&寒天缶
コーンスープ
ごはん
牛乳

アレルギー 小麦、卵、乳

+ 大盛あり +

9 金



- カレーピラフの
クリームソースかけ
キャベツと小松菜のソテー
ミートポテト
カレーピラフ
牛乳

アレルギー えび、小麦、乳

+ 大盛プラス +

2月1日 「かながわランチ」

2月20日 「かながわランチ」

地場産の食材を使用する予定です。



13 火



- 菜飯(ツアイファン: 中華風小松菜おこわ) (セルフ)
ラーパーツアイ
ミートボールのケチャップあえ
ビーフンスープ
もち米入りごはん
牛乳

アレルギー 小麦、乳

+ 大盛プラス +

14 水



- 鶏肉の香味焼き
バジルパスタ(新)
かぼちゃの塩バターあえ(アーモンド入り)
野菜ソテー
ミニココアあげパン(新)
コーンライス
牛乳

アレルギー 小麦、乳

+ 大盛あり +

15 木



- 揚げぎょうざ
蒸ししゅうまい
もやしとハムの炒めもの
じゃがいものきんぴら
フルーツあえ(パイン&みかん缶)
マーボー豆腐(新)
ごはん 牛乳

アレルギー 小麦、乳

+ 大盛プラス +

16 金



- かじきのステーキ
ゆで野菜
カレーマカロニ
白菜のクリームあえ
たまご入り野菜スープ
ひじきふりかけ
ごはん 牛乳

アレルギー 小麦、卵、乳

+ 大盛プラス +

19 月



- 炒り鶏(大豆入り)
かぼちゃのそぼろあんかけ
切干大根のごまあえ
かきたま汁
ごはん
牛乳

アレルギー 小麦、卵、乳

+ 大盛あり +

20 火



- 大根カレー(県産大根)
湘南しらすとブロッコリーのソテー(県産ブロッコリー)
フルーツあえ(黄桃&りんご缶)
ごはん
牛乳

アレルギー 小麦、乳

+ 大盛プラス +

21 水



- 天ぷら(白糸鱈・さつまいも・春菊と桜えびのかき揚げ)
生揚げの煮つけ
野菜の磯香あえ
豚汁
ごはん
牛乳

アレルギー えび、小麦、乳

+ 大盛プラス +

22 木



- ガパオライス(セルフ)(新)
モウカサメの揚げ煮
キャベツとわかめのレモンしょうゆあえ
春雨スープ
ごはん
牛乳

アレルギー 小麦、乳

+ 大盛あり +

+ 大盛プラス +

いかにフライ

新メニュー 「ガパオライス」

タイ料理を給食に取り入れました！ひき肉、野菜、バジルを一緒に炒め、味付けしています。ごはんの上にかけて食べてみてください。

26 月



- 照り焼きハンバーグ
マッシュポテト
小松菜とコーンのソテー
えびとマカロニのトマト煮
パンプキンスープ
カレーふりかけ
ごはん 牛乳

アレルギー えび、小麦、乳

+ 大盛プラス +

27 火



- プルコギ
チャップチェ
キャベツのナムル
わかめスープ
ごはん
牛乳

アレルギー 小麦、乳

+ 大盛あり +

28 水



- 鮭のチーズ焼き
磯辺ポテト
キャベツのペペロンチーノ
キャロットラペ
ロールパン
牛乳

アレルギー 小麦、乳

+ 大盛プラス +

29 木



- 塩麴唐揚げ(新)
キャベツの炒めもの
肉じゃが
はりはりづけ
みそ汁
ごはん
牛乳

アレルギー 小麦、乳

+ 大盛あり +

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。