

藤沢市中学校給食 献立表

3月



- ・メルルーサの竜田揚げ
- ・キャベツのナムル
- ・肉じゃが
- ・小松菜そぼろ
- ・吉野汁
- ・ごはん
- ・牛乳

+大盛プラス+
・鶏肉の
香草焼き

アレルギー
小麦、乳

4火



- ・天ぷら(鶏肉・あじ)
- ・白菜とじゃこの煮びたし
- ・豚肉とキャベツのしょうがみそ炒め
- ・かぼちゃのサラダ
- ・沢煮わん
- ・ごはん
- ・牛乳

+大盛プラス+
・さばの
照り焼き

アレルギー
小麦、卵、乳

5水



- ・カレーピラフのクリームソースかけ
- ・キャベツとこまつなのソテー
- ・フルーツあえ(パイン&りんご缶)
- ・カレーピラフ
- ・牛乳

+大盛プラス+
・チーズ
ハンバーグ

アレルギー
えび、小麦、乳

6木



- ・鶏肉の唐揚げ
- ・野菜の辛子しょうゆあえ
- ・じゃがいものきんぴら
- ・大豆のカレー煮
- ・ビーフンスープ
- ・ごはん
- ・牛乳

+大盛あり+

アレルギー
小麦、乳

7金



- ・八宝菜
- ・ささかまぼこの二色揚げ
- ・黒ごまだんご
- ・みそ汁
- ・ごはん
- ・牛乳

+大盛あり+

アレルギー
小麦、卵、乳



10(月)



スポーツの日

小学校の運動会
応援メニューを
取り入れました!

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。

12水



- ・ハンバーグトマトソース
- ・マカロニソテー
- ・ホキの揚げ煮
- ・白菜ちりめん
- ・ふじさわコッペパン
- ・ブルーベリージャム
- ・牛乳

+大盛プラス+
・鶏肉の
香味焼き

アレルギー
小麦、乳

13木



- ・チキンチキンごぼう
- ・ツナポテト
- ・キャベツとわかめの
レモンしょうゆあえ
- ・かきたま汁
- ・ごはん
- ・牛乳

+大盛あり+

アレルギー
小麦、卵、乳

かながわランチ

14金



- ・鮭の西京焼き
- ・湘南野菜のおかかあえ
- ・大学芋(県産さつまいも)
- ・蒸ししゅうまい
(かながわ夢ポーク使用)
- ・みそ汁
- ・ごはん
- ・牛乳

+大盛プラス+
・あじフライ

アレルギー
小麦、乳

17月



- ・カツカレー
- ・キャベツとコーンのソテー
- ・みかん缶&寒天
- ・ごはん
- ・牛乳

+大盛プラス+
・タンドリー
チキン

アレルギー
小麦、乳

18火



- ・さばのヤンニョムカンジャンかけ
- ・ゆで野菜
- ・チャブチェ
- ・揚げぎょうざ
- ・コーンスープ
- ・ごはん
- ・牛乳

+大盛プラス+
・豚肉の
しょうが煮

アレルギー
小麦、卵、乳

19水



- ・チキンライス(セルフ)
- ・ベイクドポテト
- ・小松菜炒め
- ・ABCスープ
- ・バターライス
- ・牛乳

+大盛プラス+
・スパイシー
シュリンプ

アレルギー
小麦、乳、えび(大盛のみ)

20木



- ・すきやき煮
- ・さつまいもとにんじんのかき揚げ
- ・もやしとベーコンのポン酢あえ
- ・みそ汁
- ・ごはん
- ・牛乳

+大盛あり+

アレルギー
小麦、乳

21金



- ・いかフライ
- ・ポイルウインナー
- ・きのこのペペロンチーノ
- ・しゃきしゃきそぼろ
- ・野菜の磯香あえ
- ・たまご入り野菜スープ
- ・ごはん
- ・牛乳

+大盛プラス+
・ほたての
磯辺揚げ

アレルギー
小麦、卵、乳

24月



- ・ささかまぼこのカレー揚げ
- ・揚げしゅうまい
- ・青菜とコーンのソテー
- ・じゃがいものごま炒め
- ・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+
・ハムカツ

アレルギー
小麦、乳

25火



- ・豚丼(県産豚肉)
- ・藤沢産大根の煮つけ
- ・湘南野菜としらすの煮びたし
- ・みそ汁
- ・藤沢産新米のごはん
- ・牛乳

+大盛あり+

アレルギー
小麦、乳

26水



- ・ししゃものフライ
- ・ほたてフライ
- ・ゆで野菜
- ・チンジャオロースー
- ・さつま揚げの煮つけ
- ・にらたま汁
- ・ごはん
- ・牛乳

+大盛プラス+
・フライド
チキン

アレルギー
小麦、卵、乳

27木



- ・ハンバーグ和風きのこソースかけ
- ・磯辺ポテト
- ・しらたきの炒めもの
- ・キャベツとちくわのごまあえ
- ・みかん
- ・ごはん
- ・ひじきふりかけ
- ・牛乳

+大盛プラス+
・ホキのピリ辛
ソースかけ

アレルギー
小麦、乳

28金



- ・ドライカレー
- ・さつまいもとりんごの甘煮
- ・白菜のクリームあえ
- ・ジュリアンスープ
- ・ごはん
- ・牛乳

+大盛プラス+
・いかフライ

アレルギー
小麦、乳

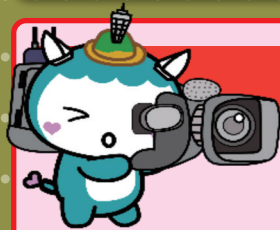
31月



- ・鮭のチーズ焼き
- ・かぼちゃの塩バターあえ
- ・ツナと野菜の炒めもの
- ・ミートボールのケチャップあえ
- ・春雨スープ
- ・ごはん
- ・ふりかけ
- ・牛乳

+大盛プラス+
・鶏肉の
照り焼き

アレルギー
小麦、乳



藤沢市の中学校給食が「J:COM」で特集されました!

藤沢市広報番組「ふじさわ情報ナビ」内のコーナー『カラフルフジサワ』で、
中学校給食が特集されました!

学校現場の声として、第一中学校の皆さんにご協力いただいたインタビューも
ご覧いただけます!

◆番組概要◆ 2022年8/29(月)~9/4(日)まで、J:COM湘南で放送
されていた特集番組を藤沢市(広報)のホームページから視聴できますので
ぜひみてください。

