

おかずの大盛について

+ 大盛増量 +
マークの日

料理名の前に「●」のある
おかずが増量になります。

+ 大盛プラス +
マークの日

プラスでつく料理名を
のせています。

※どちらかだけの日もあります

11月2日は 十三夜

4
火

- ・さばの塩焼き
- ・白菜ちりめん
- ・野菜のごま醤油サラダ
- ・みたらし団子
- ・みそ汁
- ・ごはん
- ・牛乳

+ 大盛プラス +
・鶏肉の唐揚げ

5
水

- ・八宝菜
- ・野菜の辛子じょうゆあえ
- ・アーモンドフィッシュ
- ・わかめスープ
- ・ごはん
- ・牛乳

+ 大盛プラス +
・揚げしゅうまい

6
木

- レモンチキン 新
- ・ゆで野菜
- ・かぼちゃのそぼろあんかけ
- ・野菜の磯香あえ
- ・白菜スープ
- ・ごはん
- ・牛乳

+ 大盛増量 +

7
金

- ・ボイルウインナー
- ・キャベツと小松菜のソテー
- ・ベイクドポテト
- ・りんご缶
- ・ソフトめんミートソース
- ・牛乳

ソフトめん
だよ!

+ 大盛プラス +
・いかフライ

11月8日は いい歯の日

10
月

- ・赤魚のみそ焼き
- ・小松菜とじゃこの炒めもの
- ・大学芋
- ・はりはり漬け
- ・ひじきのかきたま汁
- ・ごはん
- ・牛乳

+ 大盛プラス +
・鶏天

11
火

- ・生揚げと野菜のそぼろ煮
- ・キャベツとわかめの
レモンじょうゆあえ
- ・ささかまぼこの二色揚げ
- ・沢煮わん
- ・青しそふりかけ
- ・ごはん
- ・牛乳

+ 大盛プラス +
・おろし
ハンバーグ

12
水

- ・スパイシーフィッシュ 新
- ・キャベツとベーコンのソテー
- ・ツナポテト
- ・チリコンカン
- ・野菜スープ
- ・黒パン
- ・牛乳

+ 大盛プラス +
・ポーク
ケチャップ

13
木

- カミカミビンバ
- ・焼きぎょうざ
- ・もやしのナムル
- ・わかめと大根のスープ
- ・ごはん
- ・牛乳

+ 大盛増量 +

ふじさわランチ

14
金

- ・豚肉とキャベツのしょうがみそ炒め
(藤沢産キャベツ使用)
- ・かき揚げ
- ・ひじきの洋風煮
- ・のっぺい汁(藤沢産大根使用)
- ・藤沢産新米ごはん
- ・牛乳

+ 大盛プラス +
・太刀魚の
竜田揚げ

かながわランチ

17
月

- ・さんまのかば焼き
- ・ゆで野菜(藤沢産キャベツ・小松菜使用)
- ・鶏肉と大豆のうま煮
- ・にんじんしりしり
- ・豚汁(神奈川県産豚肉使用)
- ・藤沢産新米ごはん
- ・牛乳

+ 大盛プラス +
・牛肉のしぐれ煮

18
火

- ・ガバオライス
- ・キャベツのナムル
- ・モウカサメの揚げ煮
- ・ビーフンスープ
- ・ごはん
- ・牛乳

+ 大盛プラス +
・ボイル
ウインナー

19
水

- ・照り焼きハンバーグ
- ・マッシュポテト
- ・えびとマカロニのトマト煮
- ・キャベツとチンゲンサイのソテー
- ・ミニ揚げパン
- ・コーンライス
- ・牛乳

+ 大盛プラス +
・豚肉の
カレー煮

20
木

- ・鮭のフライ
- ・小松菜のベベロンチーノ
- ・ミートポテト
- ・キャベツとコーンのソテー
- ・トマトスープ
- ・ごはん
- ・牛乳

+ 大盛プラス +
・鶏肉の
香草焼き

11月24日は 和食の日

21
金

- ・ふきよせおこわ
- ・小松菜そぼろ
- ・ぶどう豆
- ・かきたま汁
- ・もち米入りごはん
- ・牛乳

+ 大盛プラス +
・ホキの
照り焼き

11月24日は「和食の日」

21日に「ふきよせおこわ」が登場します。落ち葉が吹き寄せられる秋の風景を表現したおこわです。彩り豊かな具材を、もち米入りごはん混ぜて食べてください。

25
火

- ・ホキのピリ辛ソースかけ
- ・ゆで野菜
- ・じゃがいものきんぴら
- ・ひじきの炒り煮
- ・みそ汁
- ・ごはん
- ・牛乳

+ 大盛プラス +
・豚肉の
しょうが煮

26
水

- 豚肉と野菜の
オイスターソース炒め 新
- ・かぼちゃサラダ(アーモンド入り)
- ・もやしとにらの辛子和え
- ・中華たまごスープ
- ・ごはん
- ・牛乳

+ 大盛増量 +
+ 大盛プラス +
・春巻

27
木

- ・天ぷら(いか・赤魚)
- ・煮びたし
- ・じゃがいものごま炒め
- ・こんにゃくの土佐煮
- ・すまし汁
- ・ごはん
- ・牛乳

+ 大盛プラス +
・てりやき
チキン

ふじさわランチ

28
金

- ・大根カレー(藤沢産大根使用)
- ・ブロッコリーのレモンじょうゆあえ
(藤沢産ブロッコリー使用)
- ・みかん缶&寒天缶
- ・藤沢産新米ごはん
- ・牛乳

+ 大盛プラス +
・ミートボールの
ケチャップあえ

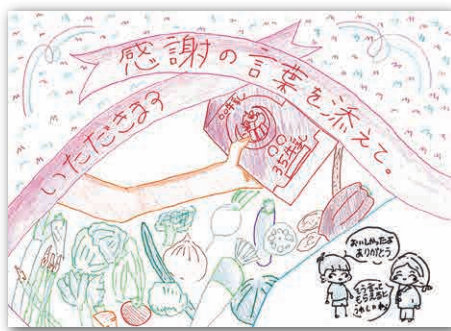
ふじさわ市学校きゅうしよくフェア

1/24(土) ~ 2/1(日) 【市役所本庁舎1階】

中学生、小学生から応募のあった絵画のほか、給食に関する展示を行います。ぜひ足を運んでください!



食べものに感謝していただきましょう



食べることは、生き物の命をいただき、命をつないでいくことです。また、食事ができあがるまでにはたくさんの人が関わっています。感謝の気持ちを忘れずに、食事を残さず大切にいただきましょう。

藤ヶ岡中1年
村上優菜さんの作品