



入学・進級おめでとう!

新年度が始まりました。ご入学・ご進学おめでとうございます。4月は新しい生活への期待が膨らむ一方で、環境の変化によって、疲れやストレスがたまりやすくなる時期でもあります。しっかりと食べることは健康に生活する上でとても重要です。みなさんの学校生活がより充実したものとなるように、中学校給食を通して応援していきたいと思ひます。今年も1年間、どうぞよろしくお願ひいたします。



中学校給食のカレーの特徴



おかずの容器に入っている具とカップに入っているルーを自分で混ぜて、ごはんにかけて食べます!



※ハヤシライスやカレーピラフのクリームソースかけも同様です。

13月



ルーと具を混ぜてごはんにかけてね

- チキンカツカレー
野菜ソテー
フルーツあえ (みかん缶&りんご缶)
ごはん
牛乳

+大盛増量+
+大盛プラス+
スパイシーシュリンプ

14火



- 鯖のみそ焼き
煮びたし
にんじんしりしり
ちくわの磯辺揚げ
かきたま汁
ごはん
牛乳

+大盛増量+
+大盛プラス+
ミートボールの甘酢あん

15水



- 焼肉丼
ゆで野菜
切干大根とひじきのごまあえ
きゅうりの香りづけ
みそ汁
ごはん
牛乳

+大盛増量+
+大盛プラス+
ハムカツ

16木



- 天ぷら(いか・さつまいも)
キャベツのナムル
鶏肉と大豆のうま煮
しらたきの炒めもの
すまし汁
ごはん
牛乳

+大盛増量+
+大盛プラス+
豚肉のしょうが煮

17金



ごはん混ぜて食べてね

- チキンライス
バイクドポテト
キャベツのソテー
ABCスープ
ごはん
牛乳

+大盛増量+
+大盛プラス+
ポイルウイナー

20月



- 鮭の塩焼き
おかかあえ
糸昆布の炒め煮
みたらし団子
ひじきのスープ
ごはん
牛乳

+大盛増量+
+大盛プラス+
鶏天

21火



- 筑前煮
野菜の磯香あえ
フルーツあえ (みかん缶&黄桃缶)
みそ汁
ごはん
牛乳

+大盛増量+
+大盛プラス+
さばの干物

22水



- ハンバーグデミグラスソースかけ
ペンネソテー
キャベツとコーンのソテー
キャラメルポテト
豆と野菜のスープ
ロールパン
牛乳

+大盛増量+

かながわランチ

23木



- 鶏肉の唐揚げ
野菜炒め(神奈川県産キャベツ)
生揚げの煮つけ
スタミナきゅうり(神奈川県産きゅうり)
豚汁
ごはん
牛乳

+大盛増量+

24金



- カミカミビビンバ(アーモンド入り)
春雨と野菜のサラダ
揚げぎょうざ
わかめと大根のスープ
ごはん
牛乳

+大盛増量+

27月



- チキンチキンごぼう
ひじきポテト
キャベツとチンゲンサイの炒めもの
みそ汁
ごはん
牛乳

+大盛増量+

28火



- 太刀魚のバーベキューソースかけ
ゆで野菜
小松菜のペペロンチーノ
かぼちゃの塩バターあえ(アーモンド入り)
コーンスープ
ごはん
牛乳

+大盛増量+
+大盛増量+
+大盛増量+
+大盛増量+

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。

+大盛増量+
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

30木



ごはん混ぜて食べてね

- そぼろごはん
野菜の辛子しょうゆあえ
大豆のカレー煮
若竹汁
ごはん
牛乳

+大盛増量+
+大盛増量+
+大盛増量+



※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。

Instagramでは毎日実際の中学校給食の写真を投稿中!



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、またはおかずが増量になります。

はしやスプーンがつかます!



- 藤沢市の栄養士が献立を立てています
パンやソフトめん、デザートが出る日もあります
給食費は全て食材費として使われます
調理・配送費などは市が負担しています

カルシウムたっぷり!

牛乳は成長期に おすすめ!

