令和2年 9月 藤沢市中学校給食 献立表

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。

---

1 火

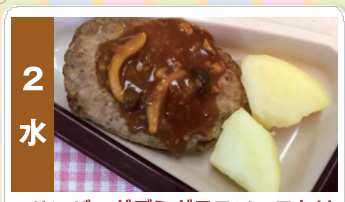
・鮭の塩焼き
・切干大根のごまあえ
・チンジャオロースー
・蒸ししゅうまい
・けんちん汁
・ごはん
・牛乳

＋大盛あり＋

アレルゲン
小麦、乳

---

2 水



・ハンバーグデミグラスソースかけ
・蒸しじゃがいも
・ツナと野菜の炒めもの
・ちくわの磯辺揚げ
・冷凍みかん
・ごはん
・牛乳

＋大盛あり＋
＋大盛プラス＋
・メルルーサの竜田揚げ

アレルゲン
小麦、乳

---

3 木

・豚肉のしょうが煮
・しらたきの炒めもの
・かぼちゃの塩バターあえ
・豆と野菜のスープ
・ごはん
・牛乳

＋大盛あり＋

アレルゲン
小麦、乳

---

4 金

・ささかまぼこの二色揚げ
・小松菜炒め
・ミートポテト
・牛肉ごぼう
・みそ汁
・ごはん
・牛乳

＋大盛プラス＋
・ハムカツ

アレルゲン
小麦、卵(大盛のみ)、乳

---

7 月

・八宝菜
・じゃがいもの煮つけ
・きゅうりの香りづけ
・春雨スープ
・ごはん
・牛乳

＋大盛あり＋

アレルゲン
小麦、卵、乳

---

8 火

・太刀魚の和風ドレッシングかけ
・マカロニソテー
・五目野菜炒め
・油揚げ煮
・みそ汁
・ごはん
・牛乳

＋大盛プラス＋
・鶏肉の香味焼き

アレルゲン
えび、小麦、乳

---

9 水

・ビビンバ
・ミートボールの甘酢あん
・フルーツあえ
・わかめスープ
・ごはん
・牛乳

＋大盛あり＋

アレルゲン
小麦、乳

---

10 木

・フライドチキン
・きのこの和風スパゲティー
・ジャーマンポテト
・青菜とじゃこの炒めもの
・ジュリアンスープ
・ごはん
・牛乳

＋大盛あり＋

アレルゲン
小麦、乳

---

11 金

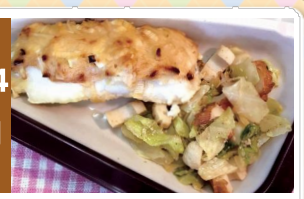
・ちくぜん煮
・えびと青菜の塩炒め
・春巻
・みそ汁
・ごはん
・牛乳

＋大盛プラス＋
・ウィンナーのカレー揚げ

アレルゲン
えび、小麦、乳

---

14 月



・メルルーサのみそマヨネーズ焼き
・キャベツとちくわのごまあえ
・肉じゃが
・鶏肉と大豆のうま煮
・白菜スープ
・ごはん
・牛乳

＋大盛プラス＋
・牛肉のしぐれ煮

アレルゲン
小麦、卵、乳

---

15 火

・シーフードカレー
・ポテトソテー
・りんご缶
・ごはん
・牛乳

＋大盛プラス＋
・豚カツ

アレルゲン
えび、小麦、乳

---

16 水

・豚肉のケチャップ煮
・さつま揚げの煮つけ
・ひじきの洋風煮
・ＡＢＣスープ
・ごはん
・牛乳

＋大盛あり＋

アレルゲン
小麦、乳

---

17 木

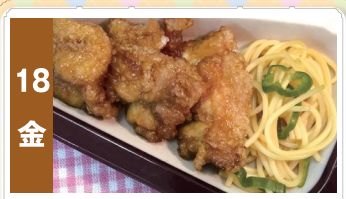
・チリコンカーン
・ボイルウインナー
・キャベツとベーコンのソテー
・プルーン
・コーンスープ
・コッペパン
・牛乳

＋大盛プラス＋
・チキンささみカツ

アレルゲン
小麦、卵、乳

---

18 金



・鶏肉の唐揚げ甘酢味
・スパゲティソテー
・大根の煮つけ
・にんじんしりしり
・わかめと大根のスープ
・ごはん
・牛乳

＋大盛あり＋
＋大盛プラス＋
・スパイシーシュリンプ

アレルゲン
えび(大盛のみ)、小麦、乳

9/21

敬老の日

9/22

秋分の日

---

23 水

・あじフライ・メルルーサのフライ
・キャベツのペペロンチーノ
・チキントマト煮
・小松菜そぼろ
・みそ汁
・ごはん
・牛乳

＋大盛プラス＋
・豚肉のしょうが焼き

アレルゲン
小麦、乳

---

24 木

・チキンチキンごぼう
・ツナとコーンのチーズ焼き
・野菜のごまあえ
・豚汁
・ごはん
・牛乳

＋大盛あり＋

アレルゲン
小麦、乳

---

25 金

・揚げぎょうざ
・揚げしゅうまい
・野菜炒め
・コーンとじゃがいものソテー
・もも缶ミックス
・ソフトめんカレーなんばん
・牛乳

＋大盛プラス＋
・鶏肉のレモン焼き

アレルゲン
小麦、乳

---

28 月

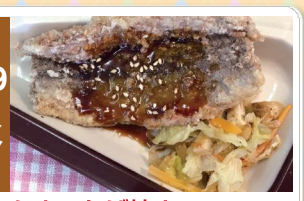
・カレーピラフのクリームソースかけ
・揚げじゃがいものそぼろ煮
・コーンウインナー炒め
・牛乳

＋大盛あり＋
＋大盛プラス＋
・メルルーサの磯辺揚げ

アレルゲン
えび、小麦、乳

---

29 火



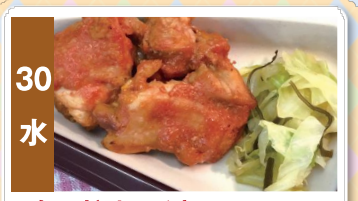
・さんまのかば焼き
・煮びたし
・牛肉と青菜のソテー
・ひじきとツナの炒めもの
・かきたまスープ
・ごはん
・牛乳

＋大盛プラス＋
・照り焼きハンバーグ

アレルゲン
小麦、卵、乳

---

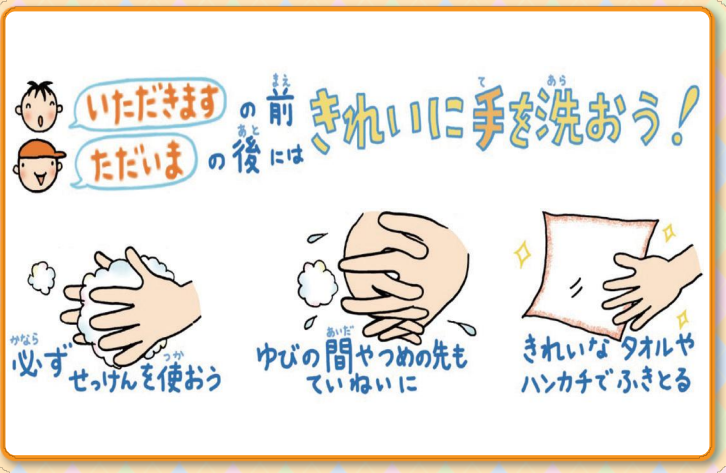
30 水



・タンドリーチキン
・キャベツのナムル
・生揚げの煮つけ
・みかん缶＆寒天缶
・ビーフンスープ
・ごはん
・牛乳

＋大盛プラス＋
・あじの天ぷら

アレルゲン
小麦、乳



藤沢市教育委員会　学校給食課　25-1111　内線 5131