



藤沢市中学校給食 献立表



藤沢でとれたおいしい新米をいただきます

種類は「はるみ」といいます。神奈川県で開発され、湘南の「晴れた海」をイメージしたことから、この名前がつけました。

「米のおいしさランキング」では、神奈川のお米として初めて「特Aランク」になったお米です。春に種もみから苗を作り田植えをし、秋に稲刈りをした新米はふっくら甘みがありおいしいですよ。味わって食べてくださいね。



【はざかけ】刈り取った稲を、天日に干して乾燥させている様子



11月24日は「和食の日」

～ユネスコ無形文化遺産に登録された「和食」～

落ち葉が吹き寄せられる秋の風景を表現した「ふきよせおこわ」です。色とりどりの具ともち米入りごはんを混ぜて食べてください！

1金



- ・メルルーサの竜田揚げ
- ・野菜炒め
- ・磯辺ポテト
- ・あずきもち
- ・ソフトめん
- ・カレーうどん
- ・牛乳

+大盛あり+
+大盛プラス+
・照り焼きチキン

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。

5火



- ・照り焼きハンバーグ
- ・煮びたし
- ・大学芋
- ・えびと小松菜の塩炒め
- ・みそ汁
- ・ごはん
- ・牛乳

+大盛プラス+
・ホキの揚げ煮

6水



- ・白糸鱈のみそマヨネーズ焼き
- ・きのこのペペロンチーノ
- ・もやしのポン酢あえ
- ・鶏肉と大豆のうま煮
- ・かきたまスープ
- ・藤沢産新米ごはん
- ・牛乳

+大盛あり+
+大盛プラス+
・豚肉のしょうが煮

7木



- ・焼肉丼
- ・キャベツのナムル
- ・チャプチェ
- ・五目スープ
- ・ごはん
- ・牛乳

+大盛あり+

8金



- ・カミカミビビンバ (アーモンド入り)
- ・揚げぎょうざ
- ・もやしのナムル
- ・ひじきのスープ
- ・ごはん
- ・牛乳

+大盛プラス+
・あじの天ぷら

11月



- ・フライドチキン
- ・小松菜とコーンのソテー
- ・ジャーマンポテト
- ・キャロットラペ
- ・豆と野菜のスープ
- ・ごはん
- ・牛乳

+大盛あり+

12火



- ・赤魚の照り焼き
- ・糸昆布の炒め煮
- ・肉じゃが
- ・ミートボールの甘酢あん
- ・吉野汁
- ・ごはん
- ・牛乳

+大盛あり+
+大盛プラス+
・豚肉のケチャップ煮

13水



- ・ハヤシライス
- ・キャベツとしらすのソテー
- ・もも缶ミックス
- ・ごはん
- ・牛乳

+大盛あり+
+大盛プラス+
・豚カツ

14木



- ・さばの塩焼き
- ・炒めビーフン
- ・いんげんのごまあえ
- ・大豆のカレー煮
- ・みそ汁
- ・焼きのり
- ・ごはん
- ・牛乳

+大盛プラス+
・おろしハンバーグ

15金



- ・八宝菜
- ・野菜の辛子じょうゆあえ
- ・かぼちゃサラダ(アーモンド入り)
- ・わかめスープ
- ・ごはん
- ・牛乳

+大盛プラス+
・鶏肉の唐揚げ

18月



- ・太刀魚の香味ソースかけ
- ・ゆで野菜
- ・ひじきポテト
- ・しゃきしゃきそばろ
- ・ビーフンスープ
- ・ごはん
- ・牛乳

+大盛プラス+
・鶏肉の香草焼き

19火



- ・豚肉のしょうが煮 (神奈川県産豚肉使用)
- ・大根の煮つけ(藤沢産大根使用)
- ・キャベツとちくわのごまあえ
- ・みそ汁
- ・藤沢産新米ごはん
- ・牛乳

+大盛プラス+
・あじフライ

20水



- ・鮭のムニエルオーロラソース
- ・蒸しじゃがいも
- ・マカロニソテー
- ・チリコンカン
- ・野菜スープ
- ・りんごジャム
- ・食パン
- ・牛乳

+大盛プラス+
・ポイルウイナー

21木



- ・天ぷら(いか・鶏)
- ・おかかあえ
- ・しらたきの炒めもの
- ・生揚げのそぼろあんかけ
- ・けんちん汁
- ・ごはん
- ・牛乳

+大盛プラス+
・牛肉のしぐれ煮

22金



- ・ふきよせおこわ
- ・小松菜そばろ
- ・煮豆
- ・かきたま汁
- ・もち米入りごはん
- ・牛乳

+大盛プラス+
・さばの照り焼き

25月



- ・筑前煮
- ・小松菜とじゃこの炒めもの
- ・ちくわの磯辺揚げ
- ・どさんこ汁
- ・ごはん
- ・牛乳

+大盛プラス+
・チキンみそカツ

26火



- ・いわしのかば焼き
- ・ゆで野菜
- ・豚肉とキャベツのしょうがみそ炒め
- ・油揚げ煮
- ・沢煮わん
- ・藤沢産新米ごはん
- ・牛乳

+大盛あり+
+大盛プラス+
・鶏肉の香味焼き

27水



- ・プルコギ
- ・もやしとハムの炒めもの
- ・アーモンドフィッシュ
- ・春雨スープ
- ・ごはん
- ・牛乳

+大盛あり+
+大盛プラス+
・ほたての磯辺揚げ

ふじさわランチ

28木



- ・大根カレー(藤沢産大根使用)
- ・ブロッコリーとウインナーのソテー(藤沢産ブロッコリー使用)
- ・りんご缶
- ・藤沢産新米ごはん
- ・牛乳

+大盛あり+
+大盛プラス+
・メルルーサのフリッター

29金



- ・照り焼きチキン
- ・小松菜のペペロンチーノ
- ・ミートポテト
- ・白菜ちりめん
- ・みかん
- ・ごはん
- ・牛乳

+大盛あり+