

# 藤沢市中学校給食 献立表

給食を注文すると、このセットが提供されます！（牛乳は「あり」「なし」が選べます）



おかずの大盛りを選ぶと、おかずはこちらが提供されます。（黄色いふたが目印です！）

「ふた」のイラストは中学生が描いた19種類とバランストリオの計20種類。

カルシウムたっぷりの牛乳。成長期のみなさんにはぜひ飲むことをおすすめします。

### おかわり

ごはん、汁物はクラスあたり4食に1つ、おかわりが提供されます。ぜひ利用してくださいね！

18月



- ・シーフードカレー
- ・野菜炒め
- ・りんご缶
- ・ごはん
- ・牛乳

+ 大盛プラス +

豚カツ

アレルギー  
えび、小麦、乳、卵(大盛のみ)

19火



- ・さわらのみそ焼き
- ・ゆで野菜
- ・きつねうどんの具
- ・ソフトめんきつねうどん
- ・牛乳

+ 大盛プラス +

豚肉のしょうが焼き

アレルギー  
小麦、乳

20水



- ・鶏肉の唐揚げ
- ・春キャベツの炒めもの
- ・切干大根とひじきのごまあえ
- ・きゅうりの香りづけ
- ・若竹汁
- ・ごはん
- ・牛乳

+ 大盛あり +

+ 大盛プラス +

蒸ししゅうまい

アレルギー  
小麦、乳

21木



- ・チンジャオロースー
- ・揚げぎょうざ、揚げしゅうまい
- ・えびのチリソース
- ・白菜スープ
- ・ごはん
- ・牛乳

+ 大盛あり +

アレルギー  
えび、小麦、乳

22金



- ・チキンチキンごぼう
- ・しらたきの炒めもの
- ・にんじんしりしり
- ・ごさんご汁
- ・ごはん
- ・牛乳

+ 大盛あり +

アレルギー  
小麦、乳

### ふじさわランチ

25月



- ・鮭のムニエルオーロラソース
- ・小松菜のペペロンチーノ
- ・ジャーマンポテト
- ・フルーツあえ
- ・ミネストローネ
- ・コーンライス
- ・牛乳

+ 大盛プラス +

鶏肉の香草焼き

アレルギー  
小麦、卵、乳

26火



- ・新じゃがいもの肉じゃが
- ・ミートボールの甘酢あん
- ・青菜とじゃこの炒めもの
- ・みそ汁
- ・ごはん
- ・ひじきふりかけ
- ・牛乳

+ 大盛プラス +

さばの塩焼き

アレルギー  
小麦、乳

27水



- ・ハンバーグカレーソース
- ・ゆで野菜
- ・えびとマカロニのトマト煮
- ・青菜とベーコンのソテー
- ・ミニ揚げパン
- ・ごはん
- ・牛乳

+ 大盛プラス +

ほたてフライ

アレルギー  
えび、小麦、乳

28木



- ・ビビンバ
- ・チャプチェ
- ・もやしのナムル
- ・にらたまスープ
- ・ごはん
- ・牛乳

+ 大盛あり +

アレルギー  
小麦、卵、乳

### 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。

### 4/25ふじさわランチ

ミネストローネのトマトと、小松菜のペペロンチーノの小松菜は、藤沢産を使用する予定です。

### 献立について

栄養士二人が、栄養バランスを考えて献立を作成しています。二人とも、藤沢市の小学校給食の経験者です。

### 予約締切

PC・スマートフォンでの予約締切は6日前(土・日・祝を除く)の午後1時です。  
例) 4/18(月)分 → 4/8(金)午後1時締切

### 価格

・普通330円 (牛乳なし277円)  
・大盛400円 (牛乳なし347円)  
食材購入のみに使われます。

### ご飯と汁物は温かい

保(たもつ)くんという保温剤で、温かさが保たれています。おかずは食中毒防止のため20℃程度に冷ましています。