

### 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。



- ・筑前煮
- ・ホキの揚げ煮
- ・白菜ちりめん
- ・みそ汁
- ・ごはん
- ・牛乳

+ 大盛プラス +  
・あじの天ぷら

アレルギー  
小麦、乳



- ・チキンみそカツ
- ・ゆで野菜
- ・カレーポテト
- ・煮豆
- ・かきたま汁
- ・ごはん
- ・牛乳

+ 大盛あり +

アレルギー  
小麦、卵、乳

4日・11日・25日は  
『ふじさわ新米』  
ピカピカのご飯を  
味わってね！

### かながわランチ



- ・さばの照り焼き
- ・もやしとベーコンのボン酢あえ
- ・かぼちゃのそぼろあんかけ
- ・湘南しらすと青菜の炒めもの
- ・けんちん汁
- ・藤沢産新米ごはん
- ・牛乳

+ 大盛プラス +  
・鶏肉の唐揚げ

アレルギー  
小麦、乳



- ・秋野菜カレー
- ・野菜炒め
- ・もも缶ミックス
- ・ごはん
- ・牛乳

+ 大盛プラス +  
・ポイル  
ウインナー

アレルギー  
小麦、乳



- ・カミカミビビンバ
- ・キャベツのナムル
- ・揚げぎょうざ
- ・ビーフンスープ
- ・ごはん
- ・牛乳

+ 大盛あり +

アレルギー  
小麦、乳



- ・フライドチキン
- ・磯辺ポテト
- ・チリコンカーン
- ・ABCスープ
- ・食パン
- ・りんごジャム
- ・牛乳

+ 大盛あり +

アレルギー  
小麦、乳



- ・いわしのフライ
- ・キャベツのペペロンチーノ
- ・大豆のカレー煮
- ・野菜のおかかあえ
- ・わかめと大根のスープ
- ・ごはん
- ・牛乳

+ 大盛プラス +  
・鶏天

アレルギー  
小麦、乳



- ・鯖のみそ焼き
- ・野菜の辛子じょうゆあえ
- ・にんじんしりしり
- ・ミートボールの甘酢あん
- ・おでん・焼きのり
- ・藤沢産新米ごはん
- ・牛乳

+ 大盛あり +

アレルギー  
小麦、卵、乳



- ・ハヤシライス
- ・野菜炒め
- ・みかん缶&寒天缶
- ・ごはん
- ・牛乳

+ 大盛プラス +  
・ほたてフライ

アレルギー  
小麦、乳、卵(大盛のみ)



- ・太刀魚のパーベキューソースかけ
- ・ゆで野菜
- ・ジャーマンポテト
- ・蒸ししゅうまい
- ・ミネストローネ
- ・ごはん
- ・牛乳

+ 大盛プラス +  
・鶏肉の  
香草焼き

アレルギー  
小麦、乳



- ・照り焼きハンバーグ
- ・スパゲッティミートソースあえ
- ・青菜とコーンのソテー
- ・白菜のクリームあえ
- ・みかん
- ・サンドパン
- ・牛乳

+ 大盛プラス +  
・メルルーサの  
フライ

アレルギー  
小麦、乳



- ・プルコギ
- ・もやしのナムル
- ・ささかまぼこの二色揚げ
- ・わかめスープ
- ・ごはん
- ・牛乳

+ 大盛プラス +  
・いかフライ

アレルギー  
小麦、乳



- ・さつまいもと鶏肉の揚げ煮
- ・野菜のごまあえ
- ・アーモンドフィッシュ
- ・たまご入り野菜スープ
- ・ヨーグルト
- ・ごはん
- ・牛乳

+ 大盛あり +

アレルギー  
小麦、卵、乳



- ・天ぷら(桜えびと春菊のかき揚げ・いか・さつまいも)
- ・切干大根の煮つけ
- ・五目野菜炒め
- ・沢煮わん
- ・ごはん
- ・牛乳

+ 大盛プラス +  
・さばの  
塩焼き

アレルギー  
えび、小麦、卵、乳



- ・菜飯(ツアيفアン)  
(中華風小松菜おこわ)(セルフ)
- ・ひじきポテト
- ・しらたきの炒めもの
- ・白菜スープ
- ・もち米入りごはん
- ・牛乳

+ 大盛プラス +  
・ハムカツ

アレルギー  
小麦、乳

小学校でおなじみの  
菜飯(ツアيفアン)  
中学では自分でご飯  
と混ぜてください。



- ・鮭の塩焼き
- ・煮びたし
- ・肉じゃが
- ・ちくわの磯辺揚げ
- ・みそ汁
- ・ごはん
- ・牛乳

+ 大盛プラス +  
・おろし  
ハンバーグ

アレルギー  
小麦、乳



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

+ 大盛プラス +  
・豚カツ

アレルギー  
小麦、乳、卵(大盛のみ)



- ・焼肉丼
- ・ゆで野菜
- ・えびと小松菜の塩炒め
- ・どさんこ汁
- ・ごはん
- ・牛乳

+ 大盛あり +

アレルギー  
えび、小麦、乳



- ・そぼろごはん(セルフ)
- ・切干大根とひじきのごまあえ
- ・かぼちゃのサラダ
- ・吉野汁
- ・ごはん
- ・牛乳

+ 大盛プラス +  
・鶏肉の  
香味焼き

アレルギー  
小麦、卵、乳



- ・鮭と野菜のレモンしょうゆかけ
- ・揚げじゃがいもとハムのソテー
- ・チンジャオロースー
- ・春雨スープ
- ・ごはん
- ・牛乳

+ 大盛プラス +  
・フライド  
チキン

アレルギー  
小麦、乳

11月29日の給食は、  
具をごはんの上への  
せて(またはまぜて)  
そぼろごはんにして  
くださいね！



25日は、地産地消  
「ふじさわランチ」です

- 地元、神奈川、藤沢の  
産物、食べ物を
- 地元の学校で
- 消費しよう

藤沢産の大根・  
ブロッコリー・新米を  
使用予定。お楽しみに！