



11月24日は「和食の日」

●新メニュー「ふきよせおこわ」

落ち葉が吹き溜まりに吹き寄せられる秋の風景をイメージした料理です。おかずの容器に、落ち葉をイメージした色とりどりの具が入っているので、ごはん(もち米入り・しょうゆ味)と混ぜ合わせて食べてください!



1 水
・さわらの西京焼き
・おかかあえ
・肉じゃが
・油揚げ煮
・みそ汁
・ごはん
・牛乳
+大盛プラス+
・鶏肉の唐揚げ
アレルギー
小麦、乳

2 木
・フライドチキン
・青菜とコーンのソテー
・ジャーマンポテト
・にんじんしりしり
・ジュリアンスープ
・カレーふりかけ
・ごはん
・牛乳
+大盛あり+
アレルギー
小麦、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。

6 月
・さばの塩焼き
・しらたきの炒めもの
・大豆のカレー煮
・いんげんのごまあえ
・けんちん汁
・焼きのり
・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

7 火
・筑前煮
・ちくわの磯辺揚げ
・青菜とじゃこの炒めもの
・みそ汁
・藤沢産新米ごはん
・牛乳
+大盛プラス+
・モウカサメの揚げ煮
アレルギー
小麦、乳

いい歯の日
8 水
・カミカミビビンバ
・揚げぎょうざ
・もやしのナムル
・わかめスープ
・ごはん
・牛乳
+大盛あり+
アレルギー
小麦、乳

9 木
・いわしのフライ
・野菜炒め
・ツナポテト
・小松菜そぼろ
・かきたまスープ
・みかんゼリー
・かつおぶしのふりかけ
・ごはん
・牛乳
+大盛プラス+
・鶏肉の照り焼き
アレルギー
小麦、卵、乳

10 金
ルウを具にかけて、ごはん食べてね。
・ハヤシライス
・キャベツのソテー
・もも缶ミックス
・ごはん
・牛乳
+大盛あり+
+大盛プラス+
・いかフライ
アレルギー
小麦、乳

13 月
・チキンみそカツ
・ゆで野菜
・きのこのペペロンチーノ
・コロコロサラダ
・コーンスープ
・ごはん
・牛乳
+大盛あり+
アレルギー
小麦、卵、乳

かながわランチ
14 火
・神奈川県産豚肉のしょうが煮
・神奈川県産大根の煮つけ
・野菜の辛子しょうゆあえ(県産小松菜)
・みそ汁
・藤沢産新米ごはん
・牛乳
+大盛あり+
アレルギー
小麦、乳

15 水
・鮭のムニエルオーロラソース
・マカロニソテー
・マッシュポテト
・野菜炒め
・りんごジャム
・食パン
・牛乳
+大盛プラス+
・ポイルウインナー
アレルギー
小麦、卵、乳

16 木
・照り焼きハンバーグ
・煮びたし
・大芋
・えびと小松菜の塩炒め
・沢煮わん
・ごはん
・牛乳
+大盛あり+
+大盛プラス+
・メルルーサの竜田揚げ
アレルギー
えび、小麦、乳

17 金
ルウを具にかけて、ごはん食べてね。
・ヒレカツカレー
・キャベツとウインナーのソテー
・フルーツあえ(パイン&りんご缶)
・ごはん
・牛乳
+大盛プラス+
・ほたてフライ
アレルギー
小麦、乳

20 月
・天ぷら(いか・さつまいも・鶏天)
・かぼちゃのそぼろあんかけ
・切り干し大根のごまあえ
・豚汁
・ごはん
・牛乳
+大盛あり+
+大盛プラス+
・さばの照り焼き
アレルギー
小麦、卵、乳

21 火
・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+
アレルギー
小麦、乳

22 水
・太刀魚のバーベキューソースかけ
・ゆで野菜
・ひじきポテト
・キャロットラペ(新)
・どさんこ汁
・藤沢産新米ごはん
・牛乳
+大盛プラス+
・鶏肉の香草焼き
アレルギー
小麦、乳

7日・14日・22日は「ふじさわ新米」ピカピカのご飯を味わってね!

和食の日
24 金
・ふきよせおこわ(セルフ)(新)
・野菜の磯香あえ
・煮豆
・かきたま汁
・もち米入りごはん
・牛乳
+大盛プラス+
・あじの天ぷら
アレルギー
小麦、卵、乳

27 月
・鮭の塩焼き
・じゃがいものきんぴら
・鶏肉と大豆のうま煮
・キャベツのゆかりあえ(新)
・おでん
・ごはん
・牛乳
+大盛プラス+
・ハムカツ
アレルギー
小麦、卵、乳

ふじさわランチ
28 火
ルウを具にかけて、ごはん食べてね。
・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
・みかん缶&寒天缶
・ごはん
・牛乳
+大盛プラス+
・豚肉のケチャップ煮
アレルギー
小麦、乳

29 水
・照り焼きチキン
・白菜ちりめん
・小松菜のペペロンチーノ
・ミートポテト
・ビーフンスープ
・ひじきふりかけ
・ごはん
・牛乳
+大盛あり+
アレルギー
小麦、乳

30 木
・焼肉丼
・キャベツのナムル
・チャプチェ
・わかめと大根のスープ
・ごはん
・牛乳
+大盛あり+
アレルギー
小麦、乳

28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、食べ物を消費しよう
藤沢産の大根・ブロッコリーを使用する予定です。お楽しみに!