

# 藤沢市中学校給食 献立表



## 今年度も1年間ありがとうございました。

給食を利用している生徒の皆さんからのアンケートにて

「学校給食についてどのように感じていますか？」の質問に  
**→81%が満足** という結果をいただきました。

満足度 **81%**

ー満足している点ー

1位	栄養バランス
2位	おいしさ
3位	弁当と選択できること
4位	献立の種類
5位	値段

これからもみなさんに満足していただける献立づくりをがんばりますので、来年度もどうぞよろしくお祈りします！

藤沢市 学校給食課 栄養士より



3月7日は  
 魚に春で「**鯖のみそ焼き**」  
 「祝」の書かれた  
 なるのが「すまし汁」  
 に入っ  
 ています。  
 そして集立つ  
 3年生をお祝いして  
**「すだちゼリー」**  
 を提供します！

3月3日は ひなまつり

1 金

- ・ホキの竜田揚げ
- ・湘南しらすと小松菜の炒めもの
- ・油揚げ煮
- ・黄桃缶
- ・すまし汁
- ・ごはん
- ・牛乳

アレルギー 小麦、乳

+ 大盛プラス +  
 ・鶏肉の照り焼き

4 月

- ・豚肉のカレー煮
- ・ひじきポテト
- ・しらたきの炒めもの
- ・みそ汁
- ・ごはん
- ・牛乳

アレルギー 小麦、乳

+ 大盛あり +

マイアミビーチ市メニュー

5 火

- ・パンパンシュリンプ&シーフード (マヒマヒ・いか) **新**
- ・チリコンカーン
- ・パイン缶
- ・フォーのスープ **新**
- ・コーンライス
- ・牛乳

アレルギー えび、小麦、卵、乳

+ 大盛あり +  
 + 大盛プラス +  
 ・ポイル ウインナー

6 水

- ・ハヤシライス
- ・野菜ソテー
- ・ジャーマンポテト
- ・ごはん
- ・牛乳

アレルギー 小麦、乳

+ 大盛プラス +  
 ・ほたてフライ

卒業お祝いメニュー

7 木

- ・鯖のみそ焼き
- ・小松菜と油揚げの煮びたし
- ・にんじんしりしり
- ・揚げぎょうざ
- ・すまし汁 ・ごはん
- ・すだちゼリー
- ・牛乳

アレルギー 小麦、乳

+ 大盛プラス +  
 ・おろしハンバーグ

8 金

- ・チキンチキンごぼう
- ・キャベツとわかめのごまあえ
- ・こんにやくの土佐煮
- ・かきたま汁
- ・ごはん
- ・牛乳

アレルギー 小麦、卵、乳

+ 大盛あり +

11 月

- ・鮭と野菜のレモンしょうゆかけ
- ・スパゲッティナポリタン
- ・小松菜とひじきのツナあえ **新**
- ・コーンスープ
- ・ごはん
- ・牛乳

アレルギー 小麦、卵、乳

+ 大盛プラス +  
 ・鶏肉の香草焼き

12 (火)

卒業式

13 水

- ・チキンカレー
- ・コロコロサラダ
- ・フルーツあえ (みかん&りんご缶)
- ・ごはん
- ・牛乳

アレルギー 小麦、乳

+ 大盛あり +  
 + 大盛プラス +  
 ・あじフライ

14 木

- ・筑前煮
- ・小松菜とじゃこの炒めもの
- ・黒ごまだんご
- ・みそ汁
- ・ごはん
- ・牛乳

アレルギー 小麦、乳

+ 大盛あり +

15 金

- ・ハンバーグトマトソース
- ・フライドポテト
- ・かぼちゃの塩バターあえ(アーモンド入り)
- ・キャベツとベーコンのソテー
- ・マカロニのクリーム煮 **新**
- ・コッパン
- ・牛乳

アレルギー 小麦、乳

+ 大盛プラス +  
 ・ホキの竜田揚げ

18 月

- ・チンジャオロースー
- ・野菜炒め
- ・えびのチリソース
- ・かきたまスープ
- ・ごはん
- ・牛乳

アレルギー えび、小麦、卵、乳

+ 大盛あり +

19 火

- ・ししゃものフライ
- ・小松菜とコーンのソテー
- ・マッシュポテト
- ・キャロットラペ
- ・ソフトめんカレーうどん
- ・牛乳

アレルギー 小麦、乳

+ 大盛プラス +  
 ・ハムカツ

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。

21 木

- ・鶏肉の唐揚げ
- ・はりはりづけ
- ・野菜のごまあえ
- ・煮豆
- ・みそ汁
- ・ごはん
- ・小松菜ふりかけ
- ・牛乳

アレルギー 小麦、乳

+ 大盛あり +

22 金

- ・カミカミビビンバ(アーモンド入り)
- ・キャベツのナムル
- ・蒸ししょうまい
- ・わかめスープ
- ・ごはん
- ・牛乳

アレルギー 小麦、乳

+ 大盛あり +

## 3月5日は 藤沢市とマイアミビーチ市の「姉妹都市提携65周年記念日」です！

Miami Beach Fujisawa

- **パンパンシュリンプ&シーフード**  
 小エビに衣をつけて揚げ、スイートチリソースとマヨネーズで味付けした現地のレストランで人気の料理です！エビのほかにマヒマヒ(白身魚)、イカも揚げて同じソースをからめます。
- **チリコンカーン**  
 豆とひき肉、玉ねぎなどを煮込んだアメリカの国民食の1つです。
- **パイン缶**  
 マイアミビーチでは豊かさの象徴とされ、装飾品などのモチーフにもなっています。
- **フォーのスープ**  
 こちらも現地のレストランで食べられているメニューです。

