

湘南学園小学校 お弁当予定献立表

7/1 (水) ~ 7/14 (火)

日付	メニュー	原材料	アレルギー	日付	メニュー	原材料	アレルギー
1 (水)	チキンライス	精白米、鶏肉、玉ねぎ、ピーマン、人参、マッシュルーム、ケチャップ、コンソメ、バター、砂糖、塩、こしょう、サラダ油	卵、乳	14 (火)	お楽しみ弁当	精白米、海老、鶏肉、玉ねぎ、おから、卵、味噌、サラダ菜、ミニトマト、長ねぎ、にんにく、ケチャップ、生姜、牛乳、砂糖、鶏ガラ、小麦粉、パン粉、塩、こしょう、豆板醤、サラダ油	小麦、卵、乳、エビ
	オムレツ	卵、牛乳、バター、塩、こしょう、サラダ油、ケチャップ、サラダ菜			海老チリ、鶏メンチカツ、マカロニサラダ	マカロニ、キャベツ、人参、玉ねぎ、コーン、ハム、ヨーグルト、きゅうり、マヨネーズ、塩、砂糖	
	人参の甘酢漬け/新じゃがの蒸し焼き	人参、レーズン、酢、砂糖、塩、こしょう/新じゃが、オリーブ油、塩、こしょう			チョコ蒸しパン	小麦粉、ベーキングパウダー、牛乳、チョコレート、卵、サラダ油	
2 (木)	鶏の照り焼き/たごはん	精白米、鶏肉、たこ、油揚げ、玉ねぎ、サラダ菜、生姜、さつまいも、ミニトマト、醤油、砂糖、みりん、酒、塩、こしょう、生姜、煮干し、鰹節	小麦				
	磯部揚げ	竹輪、青のり、醤油、小麦粉					
	みかん寒	みかん、ミカンジュース、寒天、砂糖					
3 (金)	ポテトコロッケ	じゃがいも、合挽き肉、玉ねぎ、卵、サラダ菜、ミニトマト、牛乳、小麦粉、パン粉、塩、ナツメグ、サラダ油	小麦、卵、乳				
	小松菜の海苔和え	小松菜、のり、醤油、みりん、砂糖、ごま油、鰹節、煮干し、ごま					
	大豆の煮豆	大豆、砂糖、醤油、塩					
6 (月)	焼き肉	精白米、牛肉、玉ねぎ、しめじ、にんにく、レタス、きゅうり、レタス、砂糖、醤油、味噌、ごま、コチュジャン、ばちみつ、ごま油、サラダ油	小麦				
	茄子の田舎煮	茄子、醤油、砂糖、ごま油					
	トマトとオレンジのさっぱり和え	トマト、オレンジ、塩、砂糖、ミント					
7 (火)	七塔そうめん	素麺、卵、きゅうり、醤油、みりん、砂糖、煮干し、鰹節	小麦、卵				
	鶏とごぼうの天ぷら	鶏肉、ごぼう、卵、生姜、小麦粉、片栗粉、醤油、酒、ごま油、サラダ油					
	すいか/とうもろこし	すいか、とうもろこし、塩					
8 (水)	タンドリーチキン	精白米、鶏肉、サラダ菜、ミニトマト、塩、生姜、にんにく、コリアンダー、クミン、カルダモン、ガラムマサラ、パプリカ、ヨーグルト	卵、乳 (ヨーグルト)				
	南瓜のスイートサラダ	南瓜、レーズン、マヨネーズ、塩、酢					
	ひんやり黄桃	黄桃缶					
9 (木)	豚肉の帯広風炒め	精白米、豚肉、玉ねぎ、キャベツ、薄力粉、醤油、砂糖、酒、みりん、ごま	小麦、卵				
	ラタトゥイユ	ベーコン、なす、南瓜、黄ピーマン、玉ねぎ、ズッキーニ、トマト缶、コンソメ、オリーブ油、にんにく、唐辛子、塩、こしょう					
	人参のシリシリ	人参、卵、砂糖、酒、醤油、白ごま、ごま油					
10 (金)	カレー風味の生姜焼き	精白米、豚肉、キャベツ、ピーマン、生姜、酒、砂糖、醤油、小麦粉、カレー粉 (甘口)、サラダ油	小麦、卵				
	ポテトサラダ	ジャガイモ、きゅうり、にんじん、玉ねぎ、マヨネーズ、塩、こしょう、酢					
	竹輪煮	竹輪、ちくわ、醤油、みりん、砂糖、煮干し、鰹節					
13 (月)	鶏のトマトクリーム煮	精白米、鶏肉、玉ねぎ、トマト、サラダ菜、バター、牛乳、生クリーム、塩、こしょう、小麦粉、コンソメ、パセリ	小麦、乳	7月のスクールランチ日程 2日(木) 3年生 3日(金) 6年生			
	ジャーマンポテト	じゃがいも、玉ねぎ、ウィンナー、サラダ油、塩、こしょう					
	いんげんのおかか醤油和え	いんげん、醤油、鰹節					