

湘南学園小学校

# お弁当予定献立表

9/1(木)～9/30(金)

## スクールランチ

<日程> 9日(金)1年生、16日(金)2年生

29日(木)3年生

<メニュー> お弁当予定献立表をご覧ください。

(箸などは、お持たせください。)

## カフェテリアランチ

<日程> 23日(金)6年生、27日(火)5年生

<メニュー> 下記献立表をご覧ください。

日付	メニュー	原材料	アレルギー
5月	鮭のみもじやき	精白米、鮭、人参、マヨネーズ、塩、塩、こしょう、サラダ菜	
	切干大根の煮物	切干大根、人参、油揚げ、醤油、砂糖、酒、みりん、ごま油、煮干し、鰹節	
	わかめとおかかの炒め煮	わかめ、鰹節、生姜、オリーブ油、醤油	
6日	チンジャオロース	精白米、豚肉、ピーマン、たけのこ、ねぎ、生姜、にんにく、醤油、酒、片栗粉、サラダ油、オイスターソース、砂糖、ガラスープ、塩、こしょう、ごま油	小麦乳
	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	
	パイナップル	パイナップル缶	
7日	鶏の唐揚げ	精白米、鶏肉、醤油、みりん、酒、生姜、にんにく、片栗粉、サラダ油、サラダ菜、ミニトマト	
	ひじきの甘辛炒め	ひじき、人参、こんにゃく、ねぎ、生姜、みりん、醤油、砂糖、酒、サラダ油	
	キャベツと玉ねぎのサラダ	キャベツ、玉ねぎ、ツナ、醤油、サラダ油、砂糖、酢、鰹節	
8日	イタリアンポークソテー	精白米、豚肉、じゃがいも、玉ねぎ、にんにく、しめじ、コーン、サラダ菜、パセリ、塩、こしょう、小麦粉、にんにく、コンソメ、砂糖、オリーブ油、トマト	小麦
	ブロッコリーの海苔和え	ブロッコリー、白ワイン、マヨネーズ、海苔の佃煮	
	煮豆	大豆、砂糖、塩、刻み昆布、醤油	
9日	鮭ごはん	精白米、鮭フレーク、ごま	小麦乳
	竹輪のチーズ揚げ	竹輪、チーズ、小麦粉、サラダ菜、パン粉、サラダ油	
	肉じゃが/なし	豚肉、じゃがいも、玉ねぎ、人参、グリーンピース、醤油、砂糖、みりん、鰹節、煮干し、サラダ油/なし	
12日	豚肉の帯広風炒め	精白米、豚肉、小麦粉、醤油、砂糖、酒、みりん、ごま、レタス、サラダ油	小麦卵
	炒り卵(青のり)	卵、砂糖、青のり、サラダ油、薄口醤油、煮干し、鰹節	
	こんにゃくのおかか煮	こんにゃく、サラダ油、鰹節、醤油	
13日	白身魚の照り焼き	精白米、白身魚、生姜、醤油、酒、みりん	
	糸寒天のあえ物	糸寒天、小松菜、もやし、人参、ごま、砂糖、醤油、酢、みりん	
	大学芋	さつまいも、砂糖、ごま	
14日	チーズハンバーグ	精白米、合いびき肉、豆腐、チーズ、玉ねぎ、卵、じゃがいも、パン粉、ケチャップ、ソース、砂糖、サラダ油、塩、こしょう、サラダ菜	小麦卵乳
	ほうれん草とコーンの炒め物	ほうれん草、コーン、赤ピーマン、サラダ油、塩、こしょう、醤油	
	焼リンゴ	りんご、バター、グラニュー糖、シナモン	
15日	鶏の照り焼き野菜添え	精白米、鶏肉、れんこん、人参、なす、にんにく、醤油、みりん、酒、あんずジャム、鰹節、煮干し、サラダ油	
	お月見団子	もち米、さつまいも、きな粉、砂糖	
	炒めナムル	小松菜、ちりめんじゃこ、長ねぎ、ごま油、砂糖、醤油、塩、ごま	

日付	メニュー	原材料	アレルギー
16日	豚肉の味噌漬け	精白米、豚肉、キャベツ、紫キャベツ、味噌、酒、みりん、砂糖、にんにく	小麦卵乳
	大豆のツナサラダ	大豆、ツナ、オリーブ油、酢、塩	
	パンキンケーキ	南瓜、小麦粉、ベーキングパウダー、シナモン、卵、砂糖、牛乳、バター	
20日	カレーピラフ	精白米、ウインナー、玉ねぎ、人参、カレー粉、オリーブ油、コンソメ、醤油、塩、コーン	
	揚げじゃがいものそばろ煮/きゅうりの酢の物	豚肉、じゃがいも、玉ねぎ、人参、こんにゃく、砂糖、醤油、片栗粉、サラダ油/きゅうり、醤油、酢、砂糖、ごま油、わかめ	
	オレンジ	オレンジ	
21日	鶏のチリソース煮	精白米、鶏肉、水菜、ねぎ、にんにく、生姜、小ネギ、塩、こしょう、酒、片栗粉、ごま油、ガラスープ、砂糖、ケチャップ	
	切干大根のサラダ	切干大根、きゅうり、ハム、酢、サラダ油、塩、醤油、ごま、こしょう	
	キャベツのレモンナムル	キャベツ、レモン、塩、ごま油、塩昆布	
23日	鮭のオランダ焼き	精白米、鮭、人参、玉ねぎ、パセリ、パン粉、マヨネーズ、塩、こしょう、サラダ油、ワイン、サラダ菜	小麦
	ジャーマンポテト	じゃがいも、玉ねぎ、ウインナー、サラダ油、塩、こしょう、コンソメ、パセリ	
	人参サラダ	人参、レーズン、酢、砂糖、塩、サラダ油、こしょう	
26日	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
	まいだけ入り金平	さつま揚げ、ごぼう、こんにゃく、まいだけ、人参、醤油、砂糖、みりん、サラダ油	
	きゅうりの香りづけ	きゅうり、生姜、塩、ごま、砂糖、醤油、酢、ごま油	
27日	トンカツ	精白米、豚肉、キャベツ、卵、ミニトマト、小麦粉、パン粉、塩、こしょう、サラダ油、ケチャップ、ソース、砂糖、レモン汁	小麦卵
	小松菜の海苔和え	小松菜、海苔、砂糖、醤油、みりん、ごま油、鰹節、煮干し	
	みかん寒	みかん、ミカンジュース、寒天、砂糖	
28日	BBQチキン	精白米、鶏肉、玉ねぎ、にんにく、レタス、きゅうり、ケチャップ、ソース、砂糖、みりん、醤油、塩、こしょう	小麦
	くきわかめの金平	くきわかめ、油揚げ、人参、糸こんにゃく、ごぼう、砂糖、醤油、みりん、酒、ごま油	
	へらへら団子	小麦粉、白玉粉、小豆、砂糖、塩	
29日	生姜焼き	精白米、豚肉、キャベツ、ミニトマト、パセリ、生姜、酒、みりん、醤油、サラダ油	
	ひじきのサラダ	ひじき、人参、きゅうり、コーン、マヨネーズ、塩、醤油	
	厚揚げの煮物	厚揚げ、グリーンピース、醤油、砂糖、煮干し、鰹節	
30日	鶏肉の香草パン粉焼き	精白米、鶏肉、セロリ、パセリ、にんにく、レモン、チーズ、パン粉、オリーブ油、トマトソース、酢、塩、サニーレタス、玉ねぎ	小麦乳
	さつま芋といんげんの胡麻和え	さつま芋、いんげん、ごま、砂糖、醤油、味噌	
	人参とツナの炒め物	人参、ツナ、みりん、醤油、サラダ油	

日付	メニュー	原材料	アレルギー
23日	タンドリーチキン&ピラフ	精白米、鶏肉、レモン、塩、生姜、にんにく、コリアンダー、クミン、カルダモン、カラマツラ、パプリカ粉、ヨーグルト、コーン、人参、バター、こしょう、コンソメ、塩、サラダ油、ブロッコリー、ミニトマト	乳卵
	人参とツナの炒め物	人参、ツナ、みりん、醤油、サラダ油	
27日	中華風かきたまスープ	ガラスープ、酒、醤油、塩、卵、小ねぎ、片栗粉	
	和風タコライス	精白米、鶏肉、しいたけ、ねぎ、竹の子、生姜、餃子の皮、塩、みりん、砂糖、醤油、サラダ油、レタス、片栗粉、酒	小麦
27日	ジャキジャキ野菜の金平	人参、大根、小松菜、ごま油、砂糖、みりん、醤油、ごま	
	味噌汁	玉ねぎ、じゃがいも、鰹節、煮干し、味噌	