

湘南学園小学校 お弁当予定献立表 ～ 7月 ～

NPO法人湘南食育ラボ事務所 0466-90-5474

日付	メニュー	原材料	アレルギー
3 (月)	とんかつ	精白米、豚肉、塩、こしょう、卵、小麦粉、パン粉、サラダ油、ケチャップ、ソース、キャベツ、ミニトマト	小麦 卵
	小松菜の海苔和え	小松菜、海苔、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、刻み昆布	
4 (火) 5年 2学期	鶏の照り焼き	精白米、鶏肉、サラダ油、みりん、醤油、ブロッコリー、ミニトマト	
	中華サラダ	春雨、きゅうり、人参、ハム、砂糖、酢、醤油、ごま油、ごま	
	まごはやさしいおやつ※	南瓜、さつまいも、枝豆、砂糖、調整豆乳	
5 (水)	焼き肉	精白米、牛肉、醤油、砂糖、ごま、にんにく、生姜、こしょう、ごま油、玉ねぎ、リーフレタス、サラダ油	
	切干大根の煮物	切干大根、人参、油揚げ、ごま油、鰹節、煮干し、醤油、砂糖、酒、みりん	
	きゅうりとセロリの浅漬け	きゅうり、セロリ、塩、昆布	
6 (木) 2年 2学期	チキンライス	精白米、鶏肉、玉ねぎ、ピーマン、人参、エリンギ、ケチャップ、コンソメ、バター、砂糖、塩、こしょう、サラダ油	小麦 乳
	磯辺揚げ	竹輪、青のり、醤油、小麦粉、ミニトマト、サラダ菜	
	オレンジ	オレンジ	
7 (金) 3年 2学期	鮭と青のりの混ぜご飯	精白米、鮭、青のり、塩	
	変わり焼売	木綿豆腐、鶏肉、ねぎ、生姜、キャベツ、醤油、オイスターソース、片栗粉、塩	
	すいか/とうもろこし	すいか/とうもろこし、塩	

※「まごはやさしい」おやつ・・・現5年生の児童が考案したメニューです！
「ま」豆類、「ご」ごま、「は」わかめ（海藻類）、「や」野菜、「さ」魚、「し」しいたけ（きのこ類）、「い」いも類
昔から、これらの食材をすべて含んでいれば、彩りも良く、栄養バランスが良い食事とされています。

日付	メニュー	原材料	アレルギー
10 (月)	豚肉の鉄焼き	精白米、豚肉、片栗粉、サラダ油、醤油、酒、みりん、砂糖、塩、小松菜、ミニトマト	乳
	南瓜のスイートサラダ	南瓜、レーズン、マヨネーズ、酢、塩	
	牛乳寒天	牛乳、砂糖、みかん缶、寒天	
11 (火)	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	乳
	茄子の田舎煮	茄子、醤油、砂糖、ごま油、生姜、グリーンピース	
	よつ葉ヨーグルト	よつ葉ヨーグルト	
12 (水)	生姜焼き	精白米、豚肉、酒、みりん、醤油、生姜、サラダ油、キャベツ、ミニトマト	小麦
	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	
	竹輪煮	竹輪ぶ、ちくわ、醤油、みりん、砂糖、煮干し、鰹節	
13 (木)	お楽しみ弁当（小学校）		小麦 乳 卵
	ミラノ風肉団子（スーパーシェフ直伝）	豚肉、牛肉、玉ねぎ、パン粉、牛乳、卵、チーズ、ナツメグ、ローズマリー、塩、こしょう、小麦粉、サラダ油、セロリ、ローリエ、ニンニク、オリーブ油、トマト缶、ぶどう酒、コンソメ、じゃが芋、片栗粉、そら豆	
	イタリアンピラフ ぶどうのチューベット	精白米、トマト缶、玉ねぎ、ウインナー、コーン、コンソメ、醤油、オリーブ油、ピーマン、パプリカ/てんさい糖、濃縮ぶどう果汁	

※「原材料」には調味料も表示していますが、調味料に含まれるアレルギーについては、別紙を参照してください。

<お弁当予約の締切時間>3日前の24時までとなります。

<お弁当予約のキャンセル>原則として、前日の24時までとなります。

ただし、お子様の急病等によるキャンセルについては、当日の8時までにラボ事務所までご連絡ください。