

湘南学園小学校 お弁当予定献立表 ～ 3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
1 (木)	生姜焼き	精白米、豚肉、キャベツ、ミニトマト、酒、みりん、醤油、生姜、サラダ油、パセリ	
	ひじきの煮物	ひじき、人参、油揚げ、醤油、みりん、酒、砂糖、サラダ油、鰹節、煮干し	
	パイナップル	パイナップル缶	
2 (金) 1年 カエリア ランチ	鮭のオランダ焼き	精白米、鮭、人参、玉ねぎ、パセリ、じゃがいも、ワイン、マヨネーズ、塩、こしょう、パン粉、サラダ油	小麦 卵 乳
	コールスロー	キャベツ、玉ねぎ、人参、コーン、塩、こしょう、酢、サラダ油	
	マフィン（ひなあられ）	ホットケーキミックス、卵、バター、牛乳、砂糖、ひなあられ	
5 (月)	鶏の照り焼き野菜添え	精白米、鶏肉、なす、れんこん、人参、にんにく、みりん、醤油、酒、あんずジャム、煮干し、鰹節、サラダ油、サラダ菜	
	白菜の浅漬け	白菜、人参、昆布、塩	
	オレンジ	オレンジ	
6 (火)	牛彩煮	精白米、牛肉、玉ねぎ、人参、しらたき、小ネギ、酒、醤油、みりん、砂糖、サラダ油、煮干し、鰹節、塩	
	ゆず大根	大根、ゆずジャム、塩	
	さつまいもの塩きんぴら	さつまいも、サラダ油、塩、砂糖	
7 (水)	回鍋肉	精白米、豚肉、キャベツ、ピーマン、ねぎ、生姜、にんにく、醤油、酒、甜麺醤、片栗粉、サラダ油	
	春雨サラダ	春雨、きゅうり、ハム、人参、砂糖、酢、醤油、ごま油、ごま	
	大豆の煮もの	大豆、昆布、砂糖、醤油、塩	
8 (木) 3年4年 カエリア ランチ	洋風ちらし	精白米、卵、ハム、コーン、きゅうり、酢、砂糖、塩、こしょう、サラダ油	卵
	高野豆腐の唐揚げ	高野豆腐、レタス、ミニトマト、醤油、みりん、酒、砂糖、ガラスープ、生姜、にんにく、片栗粉、サラダ油	
	大根と人参のはちみつマリネ/りんご	大根、人参、生姜、酢、ごま油、はちみつ、塩/りんご	
9 (金) 2年 カエリア ランチ	ロールキャベツ	精白米、キャベツ、合いびき肉、豆腐、玉ねぎ、ナツメグ、塩、こしょう、卵、パン粉、小麦粉、トマト缶、ケチャップ、ソース、コンソメ、砂糖、トマトジュース、ブロッコリー、バター、じゃがいも、人参	小麦 卵 乳
	ジャーマンポテト	じゃがいも、玉ねぎ、ウインナー、塩、こしょう、パセリ、オリーブ油、コンソメ	
	みかん寒	みかん缶、オレンジジュース、寒天、砂糖	
12 (月) 5年 カエリア ランチ	鶏肉のチーズパン粉焼き	精白米、鶏肉、サラダ菜、ミニトマト、パセリ、塩、マスタード、マヨネーズ、パン粉、チーズ	小麦 乳
	じゃこピーマン	ピーマン、ちりめんじゃこ、醤油、みりん、砂糖、ごま油	
	キャロットラペ	人参、レーズン、サラダ油、酢、塩、砂糖、こしょう	
13 (火)	3色ごはん	精白米、豚肉、卵、いんげん、玉ねぎ、砂糖、醤油、みりん、ごま、鰹節、塩、サラダ油	小麦 卵
	じゃがいもの金平/大豆のツナサラダ	じゃがいも、人参、ごぼう、こんにゃく、ちくわ、サラダ油、酒、砂糖、醤油、ごま/大豆、ツナ、レモン汁、マヨネーズ、塩、きゅうり	
	へらへら団子	小麦粉、白玉粉、小豆、砂糖、塩	
14 (水)	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
	ポテトとチーズのはさみ揚げ	じゃがいも、チーズ、サラダ菜、コンソメ、牛乳、塩、こしょう、餃子の皮、サラダ油	
	キャベツのレモン酢	キャベツ、みかん缶、人参、塩、レモン汁、醤油	
15 (木) お楽しみ 弁当	ハンバーガー	パン、合挽き肉、豆腐、玉ねぎ、卵、パン粉、塩、こしょう、レタス、ケチャップ、中濃ソース、砂糖、ナツメグ	小麦 卵
	フライドポテト	じゃがいも、塩、サラダ油	
	ひとロゼリー	温州みかん果汁、砂糖、(ビートグラニュー糖)、レモン果汁、寒天、こんにゃく粉	

※「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時までにはラボ事務所までご連絡ください。