

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。