

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
2 (月)	チキンライス	精白米 コンソメ 鶏肉 塩 玉ねぎ 人参 エリンギ パター サラダ油 こしょう ケチャップ 砂糖 ピーマン	卵乳
	オムレツ	卵 塩 バター 牛乳 ケチャップ	
	人参の甘酢漬け / 新じゃがの蒸し焼き	人参 レーズン サラダ油 酢 砂糖 塩 こしょう/じゃがいも サラダ油 塩 こしょう	
3 (火)	焼き肉	精白米 牛肉 醤油 砂糖 にんにく 生姜 こしょう ごま油 玉ねぎ サラダ油 ごま	
	茄子の田舎煮	なす 醤油 砂糖 ごま油 生姜 グリーンピース	
	トマトとオレンジのさっぱり和え	ミニトマト オレンジ 塩 砂糖	
4 (水) 3年 スクール ランチ	鶏の照り焼き / たこごはん	精白米 たこ 鰹節 煮干し 醤油 みりん 生姜/鶏肉 サラダ油 みりん 醤油 酒 にんにく あんずジャム れんこん 人参 鰹節 煮干し なす	小麦
	磯部揚げ	竹輪 小麦粉 青のり サラダ油	
	みかん寒	オレンジジュース 砂糖 寒天 みかん缶	
5 (木)	ポテトコロッケ	精白米 じゃがいも 合挽肉 玉ねぎ 塩 ナツメグ 牛乳 卵 小麦粉 パン粉 サラダ油 キャベツ ミニトマト	小麦 卵乳
	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 昆布 砂糖 塩 醤油	
4年 カフェテリア ランチ	すき焼き丼	精白米 豚肉 人参 玉ねぎ 焼き豆腐 しらたき 醤油 みりん サラダ油 砂糖 酒	
	卵の花	おから 油揚げ 人参 竹輪 しいたけ いんげん サラダ油 醤油 みりん 砂糖 鰹節 煮干し	
	味噌汁(キャベツ)	キャベツ 鰹節 煮干し 味噌	
6 (金) 2年 スクール ランチ	七夕ちらし	精白米 鮭 生姜 胡麻 人参 卵 海苔 みりん 塩 サラダ油 きゅうり いんげん 酢 醤油 砂糖	小麦 卵
	鶏とごぼうの天ぷら	鶏肉 ごぼう 生姜 醤油 酒 ごま油 卵 サラダ油 小麦粉 片栗粉 ミニトマト	
	すいか/とうもろこし	すいか/とうもろこし	

日付	メニュー	原材料	アレルギー
9 (月)	豚肉の帯広風炒め	精白米 豚肉 小麦粉 醤油 砂糖 酒 みりん 酢 オリーブ油	小麦 卵
	ラタトゥイユ	ベーコン なす スッキーニ 黄パプリカ 玉ねぎ 塩 こしょう オリーブ油 にんにく トマト水煮 コンソメ ローリエ	
	人参のシリシリ	人参 ツナ 卵 みりん 醤油 サラダ油	
10 (火)	カレー風味の生姜焼き	精白米 豚肉 小麦粉 生姜 酒 砂糖 醤油 カレー粉 サラダ油 キャベツ ピーマン 赤パプリカ サラダ油 塩	小麦
	ポテトサラダ	じゃがいも きゅうり 塩 人参 玉ねぎ マヨネーズ こしょう 酢	
	竹輪煮	竹輪ぶ 竹輪 醤油 みりん 砂糖 鰹節 煮干し	
5年 カフェテリア ランチ	タコライス	精白米 合挽肉 玉ねぎ サラダ油 塩 こしょう ケチャップ ウスターソース カレー粉 レタス トマト	卵
	もやしと人参のナムル	もやし 人参 醤油 みりん 酢 ごま油 ごま	
	スープ(かきたま)	卵 こねぎ ガラスープ 酒 醤油 塩 片栗粉	
11 (水) 6年 スクール ランチ	タンドリーチキン	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 ガラムマサラ パプリカ ヨーグルト ミニトマト	乳
	南瓜のスイートサラダ	かぼちゃ レーズン マヨネーズ 酢 塩	
	ひんやり黄桃	黄桃缶	
12 (木)	鶏のトマトクリーム煮	精白米 鶏肉 塩 こしょう サラダ油 トマト水煮 牛乳 砂糖 コンソメ 玉ねぎ オリーブ油 生クリーム	乳
	ジャーマンポテト	じゃがいも 玉ねぎ ウインナー オリーブ油 コンソメ 塩 こしょう パセリ	
	いんげんのおかか醤油和え	いんげん 醤油 みりん 鰹節	
13 (金)	ごまみそとんかつ	精白米 豚肉 味噌 酒 マヨネーズ すりごま 小麦粉 卵 パン粉 サラダ油 キャベツ パセリ	小麦 卵
	きゅうりの甘酢もみ	きゅうり 生姜 酢 砂糖 塩	
	きんぴらごぼう	ごぼう 人参 サラダ油 醤油 みりん 砂糖 鰹節 煮干し	
17 (火) お楽しみ 弁当	フライドチキン / ぶどうパン	パン レーズン/鶏肉 にんにく 牛乳 卵 小麦粉 コンソメ 塩 オールスパイス パプリカ ブロッコリー ミニトマト	小麦 卵乳
	コールスロー	キャベツ 玉ねぎ 人参 スイートコーン 塩 こしょう 酢 サラダ油	
	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	

＜おことわり＞

7月のメニューのうち、生野菜に関しては、安全上の観点から除外させていただいております。ご了承ください。

※「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。