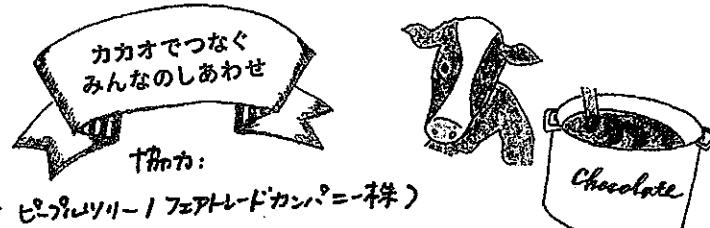


いよいよ寒き本格イヒ



今年は…中学入試休み明けの

2月7日(Sat.)

Choco cafe

ひらきます。

みんなが幸せになれる
フェアトレード・チョコレート

…の販売と、甘くておいしいチョコレート
に隠されたビターな現実について
考える映画「バレンタイン・オフ」の
上映をします。(中1生は、初めてではね)

南米のボリビアにある協同組合「エル・セイボ」
から届いたカカオ豆をつかってPeople Tree
チョコレート(300円)と、西アフリカのガーナで
作られたカカオ豆をつかってつくったチョコを

販売します。(in カフェテリア & ホール)

合唱コンクールおつかれさま
今年もあっぱらい歌声…どのクラスも輝いていたね
さてさて週明けは…

かず姉の
あいしい
& healthy
heathy
Tofuソースグラタン

湘南学園カフェテリア 予定献立表 1/26(月)~1/31(土)

	定食(500円)	ランチ(500円)	パン	単品(100円)	
26(月)	かず姉 Tofuソースのグラタン 五目煮豆 邊まし汁(わかめ・ねぎ)	精白米、豆腐、さつまいも、ブロッコリー、ソーセージ、しめじ、味噌、マヨネーズ、食塩、こしょう、サラダ油、バター、小麦粉、チーズ、パセリ 大豆、人参、こんにゃく、昆布、グリンピース、煮干し、鰹節、醤油、みりん、砂糖 わかめ、ねぎ、煮干し、鰹節、薄口醤油、食塩 邊まし汁(わかめ・ねぎ)	焼き扇貝 五目煮豆 邊まし汁(わかめ・ねぎ)	精白米、鶏肉、わけぎ、赤ピーマン、みりん、醤油、酒、砂糖 大豆、人参、こんにゃく、昆布、グリンピース、煮干し、鰹節、醤油、みりん、砂糖 わかめ、ねぎ、煮干し、鰹節、薄口醤油、食塩	カレーパン クリームパン パナナケーキ
27(火)	豚肉のソテーお好み焼き風 れんこんサラダ えのきのスープ	精白米、豚肉、キャベツ、にら、人参、生姜、酒、ウスターーソース、食塩、こしょう、青のり、小麦粉、サラダ油 れんこん、人参、きゅうり、かにかまぼこ、コーン、マヨネーズ、食塩、こしょう えのきだけ、コンソメ、塩、こしょう、オリーブ油	タコライス れんこんサラダ えのきのスープ	精白米、合いびき肉、玉ねぎ、レタス、トマト、食塩、こしょう、ケチャップ、ウスターーソース、カレー粉、サラダ油 れんこん、人参、きゅうり、かにかまぼこ、コーン、マヨネーズ、食塩、こしょう えのきだけ、コンソメ、塩、こしょう、オリーブ油	シュガーツイスト チョコチップパン
28(水)	ピーマンの肉詰め New! 味噌かんぶら 味噌汁(大根・あげ)	精白米、合いびき肉、玉ねぎ、ピーマン、レタス、キュウリ、トマト、塩、こしょう、パン粉、ナツメグ じゃがいも、サラダ油、砂糖、醤油、みりん 大根、油揚げ、味噌、煮干し、鰹節	かきあげうどん もやしのナムル 半ライス	うどん、玉ねぎ、ごぼう、人参、サツマイモ、三つ葉、小麦粉、片栗粉、食塩、醤油、みりん、砂糖、酒、サラダ油 もやし、醤油、食塩、砂糖、カレー粉、ごま、サラダ油 精白米	ピロシキ チョココロネ
29(木)	回鍋肉 春雨サラダ かきたまスープ	精白米、豚肉、キャベツ、ピーマン、ねぎ、生姜、にんにく、甜麺醬、豆板醬、醤油、酒、片栗粉、サラダ油 春雨、きゅうり、人参、ハム、砂糖、酢、薄口醤油、ごま油、ごま 卵、小ネギ、酒、醤油、食塩、ガラ、片栗粉	特製 labo カレー サラダ みかん	精白米、玉ねぎ、エリンギ、トマト缶、りんご、生姜、にんにく、甜麺醬、豆板醬、醤油、酒、片栗粉、サラダ油 レタス、グリーンリーフ、きゅうり、コーン、オリーブ油、食塩、こしょう、酢 みかん	ミニカツバーガー ^{ホリビア} マラサダ ^{「エル・セイボ」の おじさん。}
30(金)	生姜焼き プロテインサラダ オニオンスープ	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 大豆、じゃがいも、人参、きゅうり、プロセスチーズ、マヨネーズ、食塩、こしょう、パセリ 玉ねぎ、オリーブ油、コンソメ、食塩、こしょう	チキンライス プロテインサラダ オニオンスープ	精白米、鶏肉、玉ねぎ、人参、エリンギ、ピーマン、卵、コンソメ、バター、食塩、こしょう、ケチャップ、砂糖、牛乳、サラダ油 大豆、じゃがいも、人参、きゅうり、プロセスチーズ、マヨネーズ、食塩、こしょう、パセリ 玉ねぎ、オリーブ油、コンソメ、食塩、こしょう	メロンパン サモナードーナツ
31(土)	<i>2/7(土)は、Choco cafe</i>				

入試準備の為 休業

「エル・セイボ」では、自然環境
を守る、サステナブルな農業を
めざし、有機農法で、カカオを育
てています。

*仕入れ状況等の都合により、献立変更の場合があります。あらかじめご了承ください。

NPO法人湘南食育ラボ

