

湘南学園カフェテリア 予定献立表 2/20(月)~28(火)

	定食(500円)		ランチ(500円)		ラボ弁当(500円)	パン(120円)
20(月)	鶏肉のチーズパン粉焼き さつまいもといんげんの胡麻和え スープ(わかめ)	精白米 鶏肉 塩 こしょう マスタード マヨネーズ パン粉 パルメザンチーズ バジル じゃがいも 人参 パセリ さつまいも いんげん ごま 砂糖 醤油 味噌 わかめ ねぎ 鶏がらスープ 塩 こしょう	ビビンバ丼 さつまいもといんげんの胡麻和え スープ(わかめ)	精白米 豚挽肉 酒 にんにく 生姜 醤油 砂糖 甜麺醬 ごま油 もやし 小松菜 塩 ごま きゅうり 人参 さつまいも いんげん ごま 砂糖 醤油 味噌 わかめ ねぎ 鶏がらスープ 塩 こしょう		クリームパン ピロシキ
21(火)	ポークソテー もやし中華サラダ 具だくさんスープ	精白米 豚肉 油 塩 こしょう 砂糖 ケチャップ オイスターソース 酒 サラダ菜 トマト じゃがいも ブロッコリー もやし きゅうり ハム 醤油 砂糖 酢 ごま油 塩 こしょう ベーコン 玉ねぎ 人参 じゃがいも 油 クリームコーン コンソメ 塩 こしょう 卵 パセリ 豆乳	ツナときのこのトマト Pasta もやし中華サラダ 具だくさんスープ	スパゲティ ツナ しめじ エリンギ 玉ねぎ 油 にんにく 塩 トマト水煮 ケチャップ パセリ もやし きゅうり ハム 醤油 砂糖 酢 ごま油 塩 こしょう ベーコン 玉ねぎ 人参 じゃがいも 油 クリームコーン コンソメ 塩 こしょう 卵 パセリ 豆乳		チョコバナナ カレーパン
22(水)	鯨のサクサク揚げ 厚揚げの煮物 味噌汁(玉ねぎ)	精白米 鯨 こしょう 卵 小麦粉 パン粉 油 キャベツ トマト 塩 砂糖 パセリ レモン 厚揚げ 醤油 砂糖 鯨節 煮干し 玉ねぎ 鯨節 煮干し 味噌	担担麺 あかねごはん	中華麺 豚挽肉 油 甜麺醬 豆板醬 紹興酒 鶏がらスープ 練りごま 酢 ごま 醤油 牛乳 青梗菜 ねぎ 精白米 人参 オリーブ油 バター コンソメ 塩 こしょう		ジャパニーズ(ジャムバター) ウインナーパン
23(木)	チキンナゲット&チリコンカン(パン) キャベツのコールスロー スープ(コーンクリーム)	パン 鶏挽肉 玉ねぎ 卵 小麦粉 にんにく 塩 マヨネーズ 酒 ナツメグ 油 サラダ菜 高野豆腐 大豆 人参 チリパウダー ケチャップ ソース トマト水煮 コンソメ こしょう キャベツ 玉ねぎ 人参 塩 こしょう 酢 油 クリームコーン 卵 牛乳 コンソメ 塩 パセリ	肉味噌ガーリックライス スープ(コーンクリーム)	精白米 牛肉 ピーマン レタス にんにく 味噌 酒 醤油 砂糖 バター 塩 こしょう ごま油 クリームコーン 卵 牛乳 コンソメ 塩 パセリ		シュガーツイスト あんぱん
24(金)	和風ハンバーグ ポテトサラダ 味噌汁(麩とわかめ)	精白米 合挽肉 卵 玉ねぎ パン粉 塩 こしょう ケチャップ ナツメグ 豆腐 人参 砂糖 しめじ 油 スイートコーン バター 醤油 みりん 酒 酢 片栗粉 大根 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 麩 わかめ 鯨節 煮干し 味噌	あんかけかた焼きそば 豆乳杏仁	揚げ中華麺 豚肉 人参 玉ねぎ えび いか キャベツ もやし 油 鶏がらスープ 塩 醤油 酒 オイスターソース 砂糖 片栗粉 こねぎ 豆乳 ゼラチン 砂糖 レモン汁 アーモンドエッセンス クコの実	和風ハンバーグ ポテトサラダ	洋風あんぱん ミニカツバーガー
25(土)	ソースかつ 人参のさっぱりサラダ スープ(白菜)	精白米 豚肉 塩 こしょう 卵 小麦粉 パン粉 油 ケチャップ ソース みりん りんごジュース 砂糖 キャベツ 人参 レーズン 酢 オリーブ油 砂糖 こしょう 塩 白菜 ベーコン 油 パセリ コンソメ 塩 こしょう	カレー風味ドリア 人参のさっぱりサラダ スープ(白菜)	精白米 ターメリック 鶏肉 しめじ 玉ねぎ 牛乳 コンソメ 小麦粉 バター カレー粉 塩 こしょう パン粉 チーズ パセリ 人参 レーズン 酢 オリーブ油 砂糖 こしょう 塩 白菜 ベーコン 油 パセリ コンソメ 塩 こしょう		シナモンデニッシュ
27(月)	生姜焼き さつまいものレモン煮 スープ(もやし)	精白米 豚肉 酒 みりん 醤油 生姜 玉ねぎ 油 キャベツ ミニトマト パセリ さつまいも レモン汁 酒 砂糖 塩 もやし わかめ コンソメ 塩 こしょう	タコライス さつまいものレモン煮 スープ(もやし)	精白米 合挽肉 玉ねぎ 油 塩 こしょう ケチャップ ソース カレー粉 レタス トマト さつまいも レモン汁 酒 砂糖 塩 もやし わかめ コンソメ 塩 こしょう		さつまいもカスタード メロンパン
28(火)	鮭のタルタル焼き 切干大根の煮物 味噌汁(えのき)	精白米 鮭 マヨネーズ 玉ねぎ きゅうり カレー粉 卵 人参 水菜 みりん 酢 砂糖 ごま油 塩 切干大根 人参 油揚げ 鯨節 煮干し 醤油 砂糖 酒 みりん えのき 鯨節 煮干し 味噌	ハヤシライス 切干大根の煮物 味噌汁(えのき)	精白米 豚肉 玉ねぎ じゃがいも 人参 油 塩 こしょう バター 小麦粉 トマトソース ソース ケチャップ トマト水煮 コンソメ 砂糖 切干大根 人参 油揚げ 鯨節 煮干し 醤油 砂糖 酒 みりん えのき 鯨節 煮干し 味噌		クリームコロネ ウインナーパン

* 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