

湘南学園カフェテリア 予定献立表 4/24 (月) ~28 (金)

|        | 定食 (500円)  | ランチ (500円)   | ラボ弁当   | パン(120円)   |   |
|--------|--|--|--|--|---|
| 24 (月) | <p><b>タンドリーチキン</b></p> <p>キャベツのコールスロー</p> <p>スープ (押し麦と人参)</p>  | <p>精白米 コンソメ 玉ねぎ 人参 スイートコーン 塩 こしょう オリーブ油 バター フロccoli ミニトマト 鶏肉 シモン にんにく 生姜 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</p> <p>キャベツ 玉ねぎ 人参 塩 こしょう 酢 油</p> <p>押し麦 人参 玉ねぎ ベーコン コンソメ 塩 こしょう</p> | <p><b>味噌ラーメン</b></p> <p>あかねご飯</p>  | <p>中華麺 ごま油 にんにく 生姜 豆板醤 ガラスープ 酒 塩 砂糖 味噌 ごま キャベツ 人参 もやし しめじ 玉ねぎ 豚肉 こしょう</p> <p>精白米 人参 オリーブ油 バター コンソメ 塩 こしょう</p>                          | <p><b>タンドリーチキン</b></p> <p>キャベツのコールスロー</p> <p>さつまいもカスタード</p> <p>メロンチョコパン</p> |
| 25 (火) | <p><b>白身魚のレモンマヨソースかけ</b></p> <p>もやしのサラダ</p> <p>味噌汁 (豆腐とねぎ)</p> | <p>精白米 鱈 塩 こしょう 小麦粉 バター オリーブ油 玉ねぎ パセリ レモン マヨネーズ 砂糖 リーフレタス トマト</p> <p>もやし きゅうり ハム 醤油 砂糖 酢 ごま油 塩 こしょう</p> <p>豆腐 ねぎ 鯉節 煮干し 味噌</p>   | <p><b>和風タコライス</b></p> <p>もやしのサラダ</p> <p>味噌汁 (豆腐とねぎ)</p>  | <p>精白米 鶏挽肉 しいたけ ねぎ たけのこ 生姜 餃子の皮 塩 酒 みりん 砂糖 醤油 サラダ油 レタス 片栗粉</p> <p>もやし きゅうり ハム 醤油 砂糖 酢 ごま油 塩 こしょう</p> <p>豆腐 ねぎ 鯉節 煮干し 味噌</p>            | <p>ダークチェリーパン</p> <p>カレーパン</p>   |
| 26 (水) | <p><b>鶏むね肉のねぎ塩たれ</b></p> <p>小松菜とコーンのソテー</p> <p>スープ(白菜と人参)</p>  | <p>精白米 鶏肉 塩 こしょう 酒 片栗粉 ねぎ ポン酢 ごま油 レモン ガラスープ にんにく レタス トマト</p> <p>小松菜 赤ピーマン スイートコーン サラダ油 醤油 塩 こしょう</p> <p>白菜 にんじん オリーブ油 コンソメ 塩 こしょう</p>  | <p><b>ポテトグラタン (パン)</b></p> <p>小松菜とコーンのソテー</p> <p>スープ(白菜と人参)</p>  | <p>パン じゃがいも 玉ねぎ ベーコン バター 油 小麦粉 牛乳 塩 こしょう コンソメ チーズ パセリ パン粉</p> <p>小松菜 赤ピーマン スイートコーン サラダ油 醤油 塩 こしょう</p> <p>白菜 にんじん オリーブ油 コンソメ 塩 こしょう</p> | <p>チョココロネ</p> <p>ミニカツバーガー</p>   |
| 27 (木) | <p><b>イタリアンポークソテー</b></p> <p>ビーンズサラダ</p> <p>味噌汁 (大根とねぎ)</p>    | <p>精白米 豚肉 小麦粉 塩 こしょう スイートコーン サラダ菜 玉ねぎ コンソメ オリーブ油 砂糖 しめじ バジル トマト水煮 にんにく</p> <p>ひよこ豆 赤いんげん豆 グリーンピース じゃがいも ツナ 赤玉ねぎ 酢 オリーブ油 塩 こしょう 砂糖</p> <p>大根 ねぎ 鯉節 煮干し 味噌</p>                     | <p><b>クロックムッシュ</b></p> <p>ビーンズサラダ</p> <p>スープ (オニオン)</p>  | <p>パン ハム チーズ バター 薄力粉 牛乳 塩 こしょう</p> <p>ひよこ豆 赤いんげん豆 グリーンピース じゃがいも ツナ 赤玉ねぎ 酢 オリーブ油 塩 こしょう 砂糖</p> <p>玉ねぎ オリーブ油 コンソメ 塩 こしょう パセリ</p>         | <p>カスタードフロマージュ</p> <p>あんドーナツ</p>  |
| 28 (金) | <p><b>鶏メンチ</b></p> <p>大根とツナの和風あん</p> <p>スープ (えのきとわかめ)</p>      | <p>精白米 鶏挽肉 玉ねぎ 卵 小麦粉 パン粉 塩 こしょう サラダ油 キャベツ トマト スパゲティ ケチャップ マヨネーズ みりん パセリ</p> <p>大根 ツナ 人参 砂糖 みりん 醤油 鯉節 酒 片栗粉</p> <p>えのき わかめ コンソメ 塩 こしょう</p>  | <p><b>豚キムチ丼</b></p> <p>大根とツナの和風あん</p> <p>スープ (えのきとわかめ)</p>   | <p>精白米 豚肉 豆腐 ごま油 キムチ たら 砂糖 醤油 味噌 サニーレタス ごま</p> <p>大根 ツナ 人参 砂糖 みりん 醤油 鯉節 酒 片栗粉</p> <p>えのき わかめ コンソメ 塩 こしょう</p>                           | <p><b>鶏メンチ</b></p> <p>大根とツナの和風あん</p> <p>洋風あんぱん</p>                          |
| 全 日    | <p><b>湘南みゆーあカレー</b></p> <p>(480円)</p>                          | <p>精白米 鶏肉 ローストオニオン ダイストマト エリンギ りんごピューレ トマトケチャップ 小麦粉 バター ヨーグルト 砂糖 野菜ブイオン顆粒 カレー粉 おろし生姜 紅花油 おろしにんにく 食塩 醤油 酵母エキス</p>   | <p>*本品は卵、乳、小麦、そば、落花生、エビ、カニ、あわび、いか、いくら、オレンジ、カシューナッツ、キウイフルーツ、牛乳、胡桃、ごま、さけ、さば、大豆、鶏肉、豚肉、まつたけ、バナナ、もも、やまいも、りんご、ゼラチンを使用した製品と同一ラインで生産しています。</p> |  |   |

\* 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