

湘南学園カフェテリア 予定献立表 5/6 (土) ~13 (土)

	定食 (500円)	ランチ (500円)	ラボ弁当	パン(120円)
6 (土)	つゆだく豚丼 (単品 420円) 精白米 豚肉 酒 玉ねぎ 鰹節 煮干し みりん 醤油 砂糖 にんにく 生姜 こねぎ	ミートソース (単品 420円) スパゲティ 豚挽肉 牛挽肉 玉ねぎ 人参 セロリー にんにく サラダ油 トマト水煮 トマトジュース コンソメ ケチャップ ソース 小麦粉 バター 塩 こしょう パセリ		パン(120円) シュガーツイスト
8 (月)	豚肉の味噌漬け わかめサラダ 味噌汁 (小松菜) 精白米 豚肉 味噌 みりん 砂糖 にんにく 酒 キャベツ サニーレタス わかめ 赤玉ねぎ きゅうり オリーブ油 酢 醤油 塩 ごま 小松菜 鰹節 煮干し 味噌	チキンライス (卵のせ) わかめサラダ 味噌汁 (小松菜) 精白米 コンソメ 鶏肉 塩 玉ねぎ 人参 エリンギ バター サラダ油 こしょう ケチャップ 砂糖 ビーマン 卵 牛乳 サニーレタス わかめ 赤玉ねぎ きゅうり オリーブ油 酢 醤油 塩 ごま 小松菜 味噌 鰹節 煮干し	豚肉の味噌漬け わかめサラダ	メロンチョコパン クリームパン
9 (火)	チーズデミハンバーグ キャベツと玉ねぎのサラダ スープ (大根と人参) 精白米 豚挽肉 牛挽肉 玉ねぎ 卵 パン粉 サラダ油 ナツメグ 塩 こしょう 豆腐 ケチャップ ソース 赤ワイン 砂糖 チーズ サニーレタス フロッコリー キャベツ 玉ねぎ ツナ サラダ油 醤油 砂糖 酢 鰹節 大根 人参 サラダ油 コンソメ 塩 こしょう パセリ	かき揚げうどん きつねごはん うどん 鰹節 煮干し 醤油 みりん 酒 砂糖 玉ねぎ みつ葉 竹輪 桜えび 小麦粉 片栗粉 塩 精白米 砂糖 酢 塩 油揚げ 醤油 鰹節 煮干し 甘酢生姜 ごま		チョココロネ マラサダ
10 (水)	鶏のから揚げ (スイートチリソース) 切干大根の煮物 味噌汁 (ねぎと揚げ) 精白米 鶏肉 醤油 みりん 酒 にんにく 塩 片栗粉 サラダ油 赤パプリカ パクチー レタス 砂糖 酢 豆板醤 切干大根 人参 油揚げ 鰹節 煮干し 醤油 砂糖 酒 みりん 油揚げ ねぎ 鰹節 煮干し 味噌	ハッシュドビーフ ミルクプリン 精白米 玉ねぎ 牛肉 塩 こしょう しめじ バター 小麦粉 赤ワイン ソース オイスターソース ケチャップ ローリエ コンソメ 醤油 みりん 牛乳 スキムミルク 砂糖 牛乳 砂糖 ゼラチン いちごジャム		バナナチョコパン ミニカツバーガー
11 (木)	鮭のムニエル (マスタードソース) 竹輪の磯辺揚げ 味噌汁 (玉ねぎとじゃがいも) 精白米 鮭 塩 こしょう 小麦粉 オリーブ油 粒入りマスタード マヨネーズ 牛乳 小麦粉 キャベツ ミニトマト 竹輪 小麦粉 青のり サラダ油 玉ねぎ じゃがいも 味噌 鰹節 煮干し	焼き鳥丼 味噌汁 (玉ねぎとじゃがいも) 精白米 鶏肉 ねぎ 海苔 みりん 酒 醤油 砂糖 片栗粉 赤パプリカ 竹輪 小麦粉 青のり サラダ油 玉ねぎ じゃがいも 味噌 鰹節 煮干し	焼き鳥丼 (400円) 竹輪の磯辺揚げ	シュガーツイスト チョコチップパン
12 (金)	豚肉のポン酢炒め さつまいもといんげんの胡麻和え 味噌汁 (豆腐とねぎ) 精白米 豚肉 砂糖 ポン酢 酒 ガラスープ オイスターソース ごま油 片栗粉 人参 玉ねぎ ミニトマト サラダ菜 さつまいも いんげん ごま 砂糖 醤油 味噌 豆腐 ねぎ 鰹節 煮干し 味噌	ガパオ 味噌汁 (豆腐とねぎ) 精白米 鶏挽肉 玉ねぎ 赤パプリカ にんにく 唐辛子 ごま油 ナンプラー 醤油 みりん 砂糖 オイスターソース ガラスープ 酒 バジル 卵 サラダ油 さつまいも いんげん ごま 砂糖 醤油 味噌 豆腐 ねぎ 鰹節 煮干し 味噌		加タード フォーマージュ あんどーナツ
13 (土)	おからコロッケ マカロニサラダ 味噌汁 (しめじとねぎ) 精白米 おから じゃがいも 豚挽肉 牛挽肉 人参 玉ねぎ 片栗粉 砂糖 酒 みりん 醤油 小麦粉 パン粉 サラダ油 ソース サラダ菜 マカロニ キャベツ 人参 玉ねぎ スイートコーン ハム ヨーグルト 塩 こしょう マヨネーズ 砂糖 しめじ ねぎ 鰹節 煮干し 味噌	海軍カレー サラダ 牛乳 精白米 牛肉 じゃがいも 人参 玉ねぎ 小麦粉 カレー粉 牛脂 酒 塩 こしょう マンゴーチャツネ コンソメ レタス きゅうり リーフレタス スイートコーン サラダ油 酢 塩 こしょう 牛乳		おからコロッケ
全 日	湘南みゆーあカレー (480円) 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 野菜フイオン顆粒 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	*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。		

\* 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