

湘南学園カフェテリア 予定献立表 ~ 10月 ~

月		火		水		木		金		土	
定食 (500円)	ランチ(500円)	定食 (500円)	ランチ(500円)	定食 (500円)	ランチ(500円)	定食 (500円)	ランチ(500円)	定食 (500円)	ランチ(500円)	定食 (500円)	ランチ(500円)
						1		2		3	
						鮭のきのこあんかけ & 黒ごまとさつまいもの炊き込みごはん キャベツと人参の甘酢和え 味噌汁(大根と揚げ)		学園祭準備のため休業		学園祭	
5		6		7		8		9		10	
肉味噌ガーリックライスセット (450円)		鶏南蛮丼セット (450円)		秋休み							
スープ(卵とキャベツ)		味噌汁(わかめとネギ)									
12		13		14		15		16		17	
体育の日		鮭のきのこクリームソース 坦々麺		イタリアン照り焼きチキン 麻婆丼		さんまの塩焼き 大根おろし添え	あんかけかた焼きそば 豆乳杏仁	ポークカレー(福神漬添え) フルーツ(グレープフルーツ)	さつまいものがね天うどん わかめサラダ	鱈のさっぱりソテー ポテトサラダ	豆腐のラザニア パン
		切干大根のサラダ		オレンジ		きんぴら		わかめサラダ		味噌汁(玉ねぎと揚げ)	
		スープ(豆腐と小ねぎ)		味噌汁(なめこ)		味噌汁(青菜と揚げ)		フルーツ(グレープフルーツ)		スープ(コーンクリーム)	
19		20		21		22		23		24	
豚肉の味噌漬け 豆腐ときのこのサラダ(味噌ドレ)・りんご	ポットシチュー(ブラウンソース)	芋煮汁(郷土料理) もずくの炊込みご飯	小松菜ときのこクリームパスタ ミニサラダ	鶏の唐揚げ きゅうりとわかめと春雨の酢の物	ジャージャー麺 切干大根の煮物	ポークチャップ ひじきの煮物	サンマー麺(郷土料理)	チキンナゲットプレート パン・ミニサラダ	肉うどん 稲荷寿司	白身魚の外焼き& さつまいもごはん 大根のサラダ	焼き鳥丼 味噌汁(キャベツ)
味噌汁(大根)		オレンジゼリー		中華スープ(かきたま)		味噌汁(豆腐とわかめ)		スープ(ミルクソテー)			
26		27		28		29		30		31	
とんかつ	いわしのかば焼き丼	鶏肉のマスタード焼き	中華そばLABO風	豚肉のスタミナ焼き	和風タコライス	回鍋肉	LABOカレー	炊き込み炒飯	かぼちゃのパン(ハワイ風)が-リット-ト添え	休校	
小松菜のごま和え		肉じゃが		れんこんサラダ		春雨サラダ		豆腐とツナのナゲット			
けんちん汁(郷土料理)		味噌汁(なめこ)	あかねごはん	スープ(人参と玉ねぎ)		中華スープ(もやし)	フルーツ	スープ(大根と人参)			

\* 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