

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

* 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