

湘南学園カフェテリア 予定献立表 ~ 11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)
2		3		4		5		6		7	
夕どりチキ (ピラ付き)	青椒肉絲丼	文化の日		鱈の サクサク揚げ	タコライス	味噌カツ	ツナトマト ソースパスタ	生姜焼き	チキンライス	油淋鶏	ポテトグラタン (パン付き)
ミニサラダ				小松菜の海苔和え		ひじきの煮物		ポテトサラダ		キャベツと玉ねぎのサラダ	
スープ(キャベツとベーコン)				味噌汁(白菜と揚げ)		スープ(玉ねぎ)		スープ(かきたま)		スープ(わかめとねぎ)	
9		10		11		12		13		14	
芋煮汁 & もずくの 炊き込みごはん	小松菜ときのこ クリームパスタ	鶏の唐揚げ	ジャージャー麺	さんまの塩焼き 大根おろし添え	あんかけ かた焼きそば	ポークカレー (福神漬添え)	さつま芋の がね天うどん	豚肉の味噌漬け	ポットシチュー (ブラウンソース)	ガリバタチキン	かうどん
浅漬け	ミニサラダ	きゅうりとわかめと 春雨の酢の物	切干大根の煮物	きんぴら(じゃがいも)		わかめサラダ		豆腐ときのこのサラダ(味噌ドレ)・りんご		ミニサラダ	
オレンジゼリー		中華スープ(かきたま)		味噌汁(青菜と揚げ)	豆乳杏仁	フルーツ(グレープフルーツ)		味噌汁(大根)		スープ(オニオン)	グレープゼリー
16		17		18		19		20		21	
鶏肉のトマト煮	豚丼	ハンバーグ (デミソース)	味噌ラーメン	豚肉の スタミナ焼き	クリームシチュー (パン付き)	ドライカレー		秋鮭のムニエル きのこソース	2周年記念メニュー 学園長ラーメン	特別セミナー	
ジャーマンポテト		オレンジゼリー		レタスのコールスロー		大学芋		柿の酢の物			
味噌汁(大根と揚げ)		スープ(キャベツと卵)	高菜炒飯	味噌汁(わかめと豆腐)		スープ(コンソメジュリアン)		味噌汁(麩)	みかん		
23		24		25		26		27		28	
勤労感謝の日		ポークソテー	クロック ムッシュ	鶏のトマト クリーム煮	ロコモコ丼	豚キムチ	鮭寿司	チキンカツ	肉うどん	肉巻き	ハッシュドビーフ (パン付き)
		かぼちゃサラダ	じゃがいもとピーマン のガーリックソテー	ミニサラダ		チャブチェ	チャブチェ ハラマ団子(郷土料理)	人参サラダ		さつまいもといんげんの 胡麻和え	
		スープ(キャベツとベーコン)		スープ(えのき)		味噌汁(小松菜と揚げ)		味噌汁(玉ねぎと絹さや)	あかねごはん	味噌汁(麩とみつば)	ミルクゼリー
30											
白身魚の 外付け	BBQ チキンサンド										
さつまいもの味噌煮	フライドポテト										
けんちん汁	スープ(白菜と人参)										

* 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