

湘南学園幼稚園 お弁当予定献立表 ～ 2月 ～

NPO法人湘南食育ラボ事務所 0466-90-5474

日付	メニュー	原材料	アレルギー
1 (金)	鶏の唐揚げ	精白米 鶏肉 醤油 みりん 酒 生姜 にんにく 片栗粉 サラダ菜 サラダ油	
	小松菜と人参のナムル	小松菜 醤油 人参 みりん 酢 ごま油 ごま	
	バナナ	バナナ	
5 (火)	豚味噌漬け	精白米 豚肉 味噌 みりん 砂糖 にんにく 酒 キャベツ 赤玉ねぎ	
	プロテインサラダ	大豆 じゃがいも 人参 きゅうり パセリ プロセスチーズ レーズン マヨネーズ 塩 こしょう	乳
	わかめの炒め煮	わかめ 鰹節 生姜 オリーブ油 醤油	
6 (水)	親子煮	精白米 卵 鶏肉 玉ねぎ 鰹節 煮干し みりん 酒 砂糖 醤油 海苔 みつば 焼き麩	
	春雨サラダ	春雨 きゅうり 人参 ハム 砂糖 酢 醤油 ごま油 ごま	小麦卵
	オレンジ	オレンジ	
7 (木)	鮭フライ	精白米 鮭 塩 こしょう 小麦粉 パン粉 サラダ油 キャベツ 卵 玉ねぎ パセリ マヨネーズ レモン汁	
	じゃがいもの田舎煮	じゃがいも 人参 いんげん 糸こんにゃく 砂糖 みりん 醤油 鰹節 煮干し	小麦卵乳
	ウインナーのケチャップ炒め	ウインナー 玉ねぎ サラダ油 砂糖 酒 ケチャップ 中濃ソース 塩 こしょう	
8 (金)	鱈のサクサク揚げ	精白米 鱈 塩 こしょう 小麦粉 パン粉 サラダ油 サラダ菜 ミントマト 中濃ソース	
	小松菜とコーンのソテー	小松菜 スイートコーン 赤パプリカ サラダ油 醤油 塩 こしょう	小麦
	煮豆	大豆 昆布 砂糖 塩 醤油	
12 (火)	ミートローフ(チーズ入り)	精白米 豚挽肉 牛挽肉 卵 玉ねぎ サラダ油 塩 こしょう パン粉 ナツメグ ケチャップ 豆腐 スイートコーン チーズ サラダ菜 中濃ソース 砂糖 片栗粉	
	かんぴょうのサラダ	かんぴょう 昆布 人参 きゅうり 塩 サラダ油 醤油 酢 砂糖	小麦卵乳
	金平ごぼう	ごぼう 人参 サラダ油 醤油 みりん 砂糖 唐辛子 鰹節 煮干し	
13 (水)	タンドリーチキン	精白米 鶏肉 レモン 塩 生姜 にんにく 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 サラダ菜	
	コールスロー	キャベツ 玉ねぎ 人参 スイートコーン 塩 こしょう 酢 サラダ油	乳
	みかん寒	オレンジジュース 砂糖 寒天 みかん缶	
14 (木)	春巻き	精白米 春巻きの皮 じゃがいも 人参 しいたけ ピーマン ハム チーズ 塩 こしょう 酒 オイスターソース サラダ油	
	赤かぶの甘酢漬け	赤かぶ 酢 砂糖 塩	小麦卵乳
	さといもの田楽	里芋 味噌 みりん 砂糖	
15 (金)	チンジャオロース/紅茶飯	精白米 紅茶/豚肉 赤パプリカ 黄パプリカ ピーマン たけのこ ねぎ 生姜 にんにく 醤油 酒 片栗粉 サラダ油 オイスターソース 砂糖 ガラスープ 塩 こしょう ごま油	
	キャベツとたまねぎのサラダ	キャベツ 玉ねぎ ツナ サラダ油 醤油 砂糖 酢 鰹節	
	大根の煮物(藤沢産)	大根 サラダ油 醤油 みりん 鰹節 煮干し グリーンピース	

日付	メニュー	原材料	アレルギー
19 (火) 食育の日 全園	鶏のコンフィ	精白米 鶏肉 玉ねぎ 生姜 かぶ かぶ葉 塩 こしょう コンソメ ローリエ サラダ油 砂糖 みりん 酒 醤油 片栗粉	
	キャベツとにんじんの おかか和え	キャベツ 人参 鰹節 醤油 みりん 煮干し 鰹節	
	大学芋	さつまいも 砂糖 水あめ	
20 (水)	豚肉のスタミナ焼き	精白米 豚肉 玉ねぎ りんご 生姜 にんにく 酒 醤油 サラダ油 いらもやし 赤パプリカ 塩 醤油 ごま油 キャベツ	
	れんこんサラダ	れんこん 人参 きゅうり スイートコーン マヨネーズ こしょう 塩	
	こんにゃくのおかか煮	こんにゃく サラダ油 鰹節 醤油	
21 (木)	肉巻き	精白米 豚肉 いんげん 人参 えのき 小麦粉 サラダ油 酒 醤油 砂糖 みりん サラダ菜 ミントマト	
	ひじきの煮物	ひじき 人参 油揚げ サラダ油 鰹節 煮干し 醤油 みりん 砂糖	小麦
	小松菜のごま和え	小松菜 ごま 醤油 砂糖	
22 (金)	チキンライス	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 ピーマン	
	お魚コロッケ /白菜の浅漬け	はんぺん 玉ねぎ スイートコーン 小麦粉 片栗粉 パン粉 マヨネーズ サラダ油 ミントマト/白菜 人参 砂糖 塩 酢 塩昆布 醤油	小麦卵乳
	牛乳寒	牛乳 みかん缶 砂糖 寒天	
26 (火)	ドライカレー	精白米 鶏挽肉 玉ねぎ 人参 ピーマン 大豆 サラダ油 生姜 にんにく カレー粉 トマト水煮 コンソメ ケチャップ ウスターソース 塩 パセリ	
	手作り福神漬け	れんこん 人参 なす 大根 きゅうり 塩 生姜 醤油 砂糖 酢 みりん 酒	
	ブルーン	ブルーン	
27 (水)	スパニッシュオムレツ	精白米 卵 牛乳 塩 じゃがいも 玉ねぎ ベーコン こしょう チーズ ケチャップ サラダ油 サラダ菜	
	竹輪の磯辺揚げ	竹輪 小麦粉 青のり サラダ油	小麦卵乳
	大豆のツナサラダ	大豆 きゅうり ツナ レモン汁 マヨネーズ 塩	

※「原材料」には調味料も表示していますが、調味料に含まれるアレルギーについては、別紙を参照してください。

<お弁当予約の締切時間>3日前の24時までとなります。

<お弁当予約のキャンセル>原則として、前日の24時までとなります。

ただし、お子様の急病等によるキャンセルについては、当日の8時までにラボ事務所までご連絡ください。