湘南学園幼稚園　お弁当予定献立表　～　5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	アレルゲン
7(火)	**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	
	大豆とツナのサラダ	大豆　きゅうり　ツナ　レモン汁　マヨネーズ　塩	
	カブの浅漬け	かぶ　塩　砂糖　かぶの葉	
10(金)	**鶏メンチカツ**	精白米　鶏挽肉　玉ねぎ　サラダ油　塩　こしょう　小麦粉　パン粉　キャベツ　ミニトマト	
	切干大根の煮物	切干大根　人参　油揚げ　鰹節　煮干し　醤油　砂糖　酒　みりん	小麦
	きのこのマリネ	しめじ　人参　玉ねぎ　サラダ油　酢　塩　こしょう	
14(火)	**白身魚の磯辺揚げ**	精白米　鱈　醤油　みりん　青のり　小麦粉　片栗粉　塩　サラダ油　サラダ菜	
	肉じゃが	豚肉　じゃがいも　人参　玉ねぎ　グリーンピース　サラダ油　醤油　砂糖　みりん　鰹節　煮干し	小麦
	三色ピーマンのカラフル和風サラダ	ピーマン　赤パプリカ　黄パプリカ　サラダ油　酢　醤油　塩　こしょう　パセリ	
15(水)	**チンジャオロース**	精白米　豚肉　赤パプリカ　黄パプリカ　ピーマン　筍　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	
	ポテトサラダ	じゃがいも　きゅうり　塩　人参　玉ねぎ　マヨネーズ　こしょう　酢	
	大根の醤油漬け	大根　塩　辛子　醤油　酢　砂糖	
16(木)	**プルコギ**	精白米　牛肉　にんにく　醤油　酒　甜麺醤　砂糖　ごま油　玉ねぎ　人参　もやし　にら　サラダ油　ごま	
	マカロニサラダ	マカロニ　キャベツ　人参　玉ねぎ　スイートコーン　ハム　きゅうり　塩　マヨネーズ　砂糖	小麦 卵 乳
	パイン	パイン缶	
17(金)	**油淋鶏**	精白米　鶏肉　生姜　酒　サラダ油　小麦粉　片栗粉　醤油　酢　砂糖　ごま油　ねぎ　にんにく　レタス　水菜	
	キャベツと玉ねぎのサラダ	キャベツ　玉ねぎ　ツナ　サラダ油　醤油　砂糖　酢　鰹節	小麦
	南瓜の煮びたし	かぼちゃ　醤油　みりん　砂糖　鰹節　煮干し	

日付	メニュー	原材料	アレルゲン
21(火)	**きつねごはん**	精白米　酢　砂糖　塩　甘酢生姜　ごま　油揚げ　醤油　酒　みりん　鰹節　煮干し	
	新じゃがと新玉ねぎのそぼろ煮／オレンジ	牛挽肉　じゃがいも　玉ねぎ　人参　糸こんにゃく　さやいんげん　砂糖　醤油　みりん　鰹節　煮干し/オレンジ	
	カラフルナムル	もやし　ピーマン　赤パプリカ　黄パプリカ　塩　にんにく　ごま油	
22(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　にら　もやし　赤パプリカ　塩　ごま油　キャベツ	小麦 卵 乳
	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	
	小豆蒸しパン	ホットケーキミックス　牛乳　小豆　サラダ油	
23(木)	**ジューシーハンバーグ**	精白米　豚挽肉　牛挽肉　玉ねぎ　サラダ油　卵　パン粉　ナツメグ　塩　こしょう　ケチャップ　豆腐　中濃ソース　砂糖　ブロッコリー　ミニトマト	
	コールスローサラダ	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	小麦 卵
	さつま芋とりんごのきんとん	さつまいも　りんご　砂糖　塩　レモン汁	
24(金)	**八宝菜**	精白米　豚肉　海老　白菜　もやし　人参　生姜　にんにく　塩　サラダ油　酒　ガラスープ　砂糖　醤油　片栗粉　ピーマン　ごま油	
	ごぼうサラダ	ごぼう　人参　ひよこ豆　青えんどう豆　赤いんげん豆　マヨネーズ　ごま　塩　こしょう	海老 乳
	牛乳寒	牛乳　砂糖　みかん缶　寒天	
28(火)	**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　麸	
	鉄骨サラダ	しらす　醤油　砂糖　ひじき　人参　スイートコーン　きゅうり　塩　こしょう　酢　サラダ油	小麦 卵
	こんにゃくのかか煮	こんにゃく　サラダ油　鰹節　醤油	
29(水)	**しめじの炊き込みご飯**	精白米　鰹節　煮干し　しめじ　油揚げ　醤油　酒　みりん　塩　みつば	
	竹輪のチーズフライ／ほうれん草の海苔酢あえ	竹輪　チーズ　小麦粉　パン粉　サラダ油　サラダ菜/ほうれん草　もやし　人参　ハム　海苔　醤油　酢　砂糖	小麦 卵 乳
	キャベツのレモン酢	キャベツ　みかん缶　人参　塩　レモン汁　醤油	
30(木)	**鯵のサクサク揚げ**	精白米　鯵　塩　こしょう　小麦粉　パン粉　サラダ油　サラダ菜　中濃ソース	
	もやしと油揚げ炒め	もやし　油揚げ　醤油　酒　塩　こしょう　サラダ油	小麦
	いんげんの胡麻和え	いんげん　人参　ごま　醤油　砂糖	
31(金)	**焼き肉**	精白米　牛肉　醤油　砂糖　にんにく　生姜　こしょう　ごま油　玉ねぎ　サラダ油　ごま	
	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	
	小松菜のおかか和え	小松菜　醤油　みりん　鰹節	

※「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ゲンについては、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12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。