



	定食 (500円)		ランチ (500円)		パン
14 (月)	鶏の唐揚げ ひじきのサラダ 味噌汁 (小松菜・油揚げ)	精白米、鶏肉、キャベツ、ひじき、人参、玉ねぎ、トマト、わかめ、油揚げ、ねぎ、醤油、みりん、オリーブ油、塩、酒、生姜、にんにく、砂糖、煮干し、鰹節、味噌	(ネバネバで元気ださネバ) ネバネバ丼 New! ひじきのサラダ 味噌汁 (小松菜・油揚げ)	精白米、長芋、納豆、きゅうり、わかめ、ねぎ、醤油、刻みのり、みりん、酒、オリーブ油、塩、こしょう、砂糖、煮干し、味噌、鰹節、油	ミニカツバーガー チョココロネ
15 (火)	チキンライス (卵のせ) グリーンサラダ コンソメスープ	精白米、鶏肉、ベーコン、玉ねぎ、ピーマン、人参、レタス、キュウリ、フリルレタス、コーン、トマトケチャップ、バター、コンソメ、砂糖、塩、こしょう	豚肉と夏野菜の和風つけめん 鮭と膏のりの混ぜご飯	素麺、豚肉、精白米、茄子、ズッキーニ、ネギ、しめじ、鮭、膏のり、醤油、みりん、煮干し、鰹節、昆布、ごま	メロンパン カレーパン
16 (水)	Labo納涼祭 (お・た・の・し・み♪)				

* 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



もうすぐ夏休み♪♪



うっとうしい梅雨もまもなく(?) 終わり、本格的な夏が到来します。夏休み前のカフェテリアのメニューも残り3日間となりました。これまでのご愛顧に感謝いたします。まだ利用したことのない方は、ぜひぜひ!足を運んでみてくださいね。

ここで耳寄りなニュースを。カフェテリアでは『採れたて野菜の即売会』を不定期開催してきました。とうもろこし、トマト、きゅうりなどの夏野菜、ときには桃やオレンジなどのフルーツも!!その場ですぐ食べられるようにひんやり冷やしてご提供し、来店した皆さんにたいへん好評でした。そんな“サプライズ”にも胸躍るカフェテリアを引き続きヒイキにしてください!



秋情報...1.2.3...

どうやら...

1. みんなの希望を叶えたいから
メニューいろいろ

2. 甘いものもあるかも...

3. 冷たい、みんなの好きな物にかもあるみたい!!

注意!

いっぽう、これからやってくる暑さ対策で大切なのは、冷たいものを摂りすぎないこと!!おいしいのはわかるけど、冷たい飲み物やアイスなど氷菓子類の過剰摂取は、胃腸に負担をかけてしまい体調を崩すもとになります。夏休みを有意義に過ごすためにも、ほどほどにしましょう。



ずっとずっと みんなのこと 考えてます