
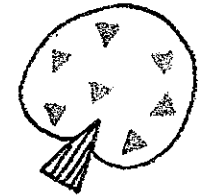
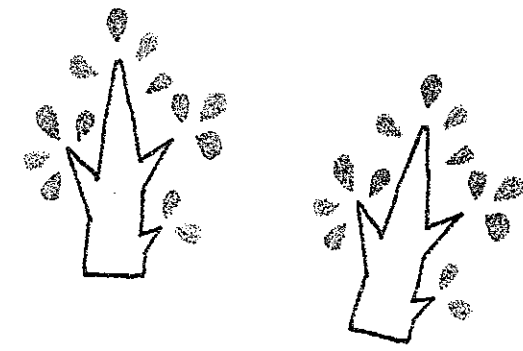


カフェテリアニュース
 NO. 9 
 湘南学園カフェテリア委員会
 2015年10月14日発行

日本の秋には、

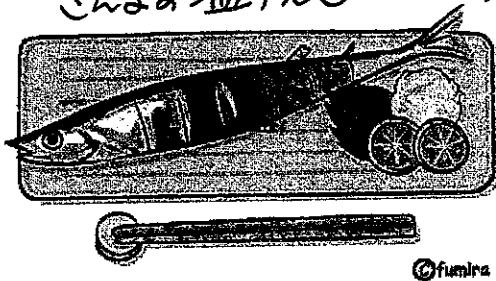
おいしいものがたくさん



10月15日(木)は...新米!
 土鍋炊き!
 ごはん



さんまの塩焼き 大根おろし添え。




"食欲の秋"には、地元湘南のお野菜やお魚、
 そして、日本各地で愛されてきた郷土料理が
 ランチアップにかわります。

中学生は、家庭科で学んだこと...
 ...カフェテリアで味わって!



10月 湘南学園カフェテリア 予定献立表



October 

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)	
12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24
体育の日	鮭のきのこ クリームソース	担々麺	MIEクラス. イタリアン 照り焼きチキン	麻婆丼	MIAクラス. さんまの塩焼き 大根おろし添え	あんかけ かた焼きそば	MIBクラス. ポークカレー (福神漬添え)	さつま芋の がね天うどん	鱈の さっぱりソテー	豆腐のラザニア		
	切干大根のサラダ		オレンジ		きんぴら	わかめサラダ		ポテトサラダ	パン			
	スープ (豆腐と小ねぎ)		味噌汁 (なめこ)		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 (玉ねぎと揚げ)	スープ (コーンクリーム)		
19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31
MICクラス. 豚肉の味噌漬け	MIDクラス. 芋煮汁 (郷土料理)	MIEクラス. 鶏の唐揚げ	ジャージャー麺	ポークチャップ	サンマー麺 (郷土料理)	チキンナゲット プレート	肉うどん	白身魚の外焼き & さつまいもごはん	焼き鳥丼			
豆腐ときのこのサラダ (味噌ドレ)・りんご	もずくの炊込みご飯	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	ひじきの煮物	パン・ミニサラダ		大根のサラダ				
味噌汁 (大根)	オレンジゼリー		中華スープ (かきたま)		味噌汁 (豆腐とわかめ)	スープ (3777)		稲荷寿司	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	鶏肉の マスタード焼き	中華そば LABO風	豚肉の スタミナ焼き	和風タコライス	回鍋肉	LABOカレー	炊き込み炒飯	かぼちゃのA*汁 (1100円)風 が-リット-ト添え	休校		
小松菜のごま和え		肉じゃが	れんこんサラダ		春雨サラダ		豆腐とツナのパゲット					
りんごが (郷土料理)	味噌汁 (なめこ)	あかねごはん	スープ (人参と玉ねぎ)		中華スープ (もやし)	フルーツ	スープ (大根と人参)					

* 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