

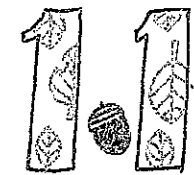
秋も深まり、さつまもやカボチャの甘みが と〜ってもおいしい季節です

カフェテリアニュース
NO. 10

湘南学園カフェテリア委員会

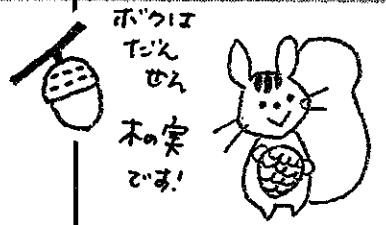
2015年10月30日発行

秋から冬にかけては、
きのこの香り、さつまもや
カボチャの甘み...
そして、お魚のコク...を
楽しみましょう... おいしい季節は、またまた
... さつま、たほかりです..!!



湘南学園カフェテリア 予定献立表 November

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	カドリキ(ビラ付き)	3	文化の日	4	緑のサクサク揚げ	5	味噌カツ	6	生姜焼き	7	油淋鶏	
	育椒肉絲丼				タコライス		ツナトマトソースパスタ		チキンライス		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	小松菜ときのこクリームパスタ	10	MID	11	MIE	12	MIA	13	MIB	14		
	鶏の唐揚げ		チャーシュー麺		さんまの塩焼き 大根おろし添え		ポークカレー(福神漬添え)		豚肉の味噌漬		ガリパタチキン	
	浅漬け		きゅうりとわかめと春雨の酢の物		あんかけかた焼きそば		さつま芋のがね天うどん		ポットシチュー(ブラウンソース)		カうどん	
	ミニサラダ		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)		フルーツ(グレープフルーツ)		味噌汁(大根)		スープ(オニオン)	
	スープ(キャベツとベーコン)				豆乳杏仁						グレープゼリー	
16	鶏肉のトマト煮	17	ハンバーグ(デミグラス)	18	豚肉のスタミナ焼き	19	ドライカレー	20	秋鮭のムニエルきのこソース	21	特別セミナー	
	豚丼		味噌ラーメン		クリームチキ(パン付き)		大学芋		2周年記念メニュー 学園長ラーメン			
	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				柿の酢の物			
	味噌汁(大根と揚げ)		スープ(キャベツと卵)		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	勤労感謝の日	24	ポークソテー	25	鶏のトマトクリーム煮	26	豚キムチ	27	チキンカツ	28	肉巻き	ハッシュドビーフ(パン付き)
			クロックムッシュ		ロコモコ丼		鯖寿司		肉うどん			
			かぼちゃサラダ		ミニサラダ		チャブチェ		人参サラダ		さつまいもといんげんの胡麻和え	
			じゃがいもとピーマンのガーリックソテー		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)		味噌汁(麩とみつば)	
			スープ(キャベツとベーコン)						あかねごはん		ミルクゼリー	
30	白身魚の外付け											
	BBQチキンサンド											
	さつまいもの焼酎											
	フライドポテト											
	スープ(白菜と人参)											



きのこも
おいしい

おいしいメニュー
たくさんあるね!!

* 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