

湘南学園カフェテリア 予定献立表 ~10月~

今月は毎週水曜日に3品目目としてラーメンが登場します！ ★…ラボ弁(500円)あり



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)
1 学園祭片付け		2 中高終業式		3 ラボ休み		4 ラボ休み		5 中高代休		6 中高秋休み	
8 体育の日		9 中高始業式		10 チーズデミハンバーグ チキンライス マカロニサラダ スープ(大根と人参) 塩ラーメン		11 鶏メンチ 炊き込み炒飯 人参のサラダ 味噌汁(わかめ)		12 ★豚肉の味噌つけ ミートソース 小松菜と人参の和え物 味噌汁(大根) 梨		13 爆弾コロッケ 豆乳ドリア ラタトゥイユ スープ(かきたま)	
15 鱈のフライ(手作りソース) ハッシュドビーフ 五目豆 味噌汁(もやし)		16 豆腐のステーキ(ひじきご飯) 味噌かつ丼 スイートポテト 味噌汁(小松菜)		17 温野菜付きミートローフ 焼き鳥丼 りんごゼリー スープ(オニオン) 担々麺		18 鶏のから揚げ しらす丼 切干大根 味噌汁(白菜)		19 白身魚の甘酢あんかけ ★豚キムチ丼 チャブチェ 味噌汁(キャベツと揚げ)		20 ポークソテーカレーソース BBQチキンバーガー ポテトサラダ スープ(ミネストローネ)	
22 回鍋肉 つけナポリタン もやしのサラダ 味噌汁(じゃがいも) りんご		23 タンドリーチキン 肉うどん かぼちゃのサラダ スープ(ミルクファンティ) 炊き込みごはん		24 ポークチャップ ポットシチュー(ホワイト) 大根とツナの和風あん ミニサラダ 味噌汁(なめこ) オレンジ サンマー麺		25 鶏南蛮 麻婆茄子ランチ 白菜のサラダ 味噌汁(豆腐とねぎ)		26 ★ポークソテー ガパオ コールスロー 生春巻き スープ(トマトと卵) チェー		27 鶏の香草パン粉焼き ジャージャー麺 ハウスサラダ スープ(えのき) さつまいもごはん	
29 中高代休		30 イタリアンポークソテー かきあげ丼 レタスと海苔のサラダ 味噌汁(玉ねぎ)		31 さんまの塩焼き 中華丼 肉じゃが 味噌汁(にら玉) とんこつラーメン							

*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