

湘南学園カフェテリア 予定献立表 ~10月~

★…ラボ弁はリトルストアでカフェテリア営業日に販売いたします。
事前予約はリトルストア・ラボ事務所にて承ります。

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 鰺の 野菜あんかけ	チンジャオ丼	2		3		4 学園祭準備		5 学園祭	
		マカロニサラダ									
		味噌汁 (なめこ)									
7 学園祭片付け		8 中高終業式		9 面談期間		10		11 中高代休		12 秋休み	
14 体育の日		15 中高始業式		16 M1B ふわふわ豆腐 ハンバーグ (ひじきごはん)	全園 サンマーメン	17 M1E 野菜たっぷり ミートローフ	4SL シーフード カレーパスタ	18 M1C 鱈のフライ (手作りソース)	1SL プルコギ丼	19 ポーク チャップ	焼き鶏丼
				スイーツポテト		スープ (オニオン)		五目豆		ポテトサラダ	
				味噌汁 (小松菜)	炊き込みごはん	リンゴゼリー		味噌汁 (もやし)		味噌汁 (キャベツ)	
21 M1D 鶏のから揚げ	ドライカレー	22 即位礼正殿の儀		23 豚肉のポン酢 ソテー	いわしの かば焼き丼	24 鱈の変わり パン粉焼き	豚丼	25 鶏肉のソテー 野菜添え	肉うどん	26 豚肉のハニー マスタード焼き	フィッシュ バーガー
切干大根				かぼちゃのサラダ		五目金平		ラタトゥイユ		キャロットラペ	
味噌汁 (白菜)	りんご			味噌汁 (豆腐とねぎ)		味噌汁 (わかめ)		スープ (きのこ)	さつまいもごはん	パンプキンスープ	
28 中高代休		29 M1A 豚肉の 味噌漬け	鶏チリ丼	30 鱈の オランダ焼き	麻婆丼	31 鶏肉の香草 パン粉焼き	ポークカレー				
		小松菜と人参の和え物		大根とツナの和風庵		もやし中華サラダ					
		味噌汁 (大根)		味噌汁 (かぼちゃ)		スープ (大根と人参)	ヨーグルト				

*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