

湘南学園カフェテリア 予定献立表 ~11月~

は郷土料理です。

★…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 豚肉のソテー チーズのせ | タコライス | 2 鮭のソテー タルタルソース添え | 味噌ラーメン |
| | | | | | | | | コールスロー | | ごぼうの から揚げ | |
| | | | | | | | | スープ (しめじ) | | 味噌汁 (玉ねぎ とわかめ) | 白飯 |
| 4 振替休日 | | 5 回鍋肉 | | 6 M1B 鱈のフライ (手作りソース) | | 7 M1E 豚の味噌漬け | | 8 M1C 鶏のから揚げ | | 9 SL1 BBQチキン | |
| | | ミートソース | | ハッシュド ビーフ | | ふんわり卵の オムライス | | すき焼き丼 | | ミートドリア | |
| | | 春雨サラダ | | 五目豆 | | 小松菜と人参の和え物 | | 切干大根の煮物 | | ピーマンとじゃがいものソテー | |
| | | スープ (かきたま) | | 味噌汁 (もやし) | | 味噌汁 (大根) | | 味噌汁 (白菜) | | スープ (コンソメジュリアン) | |
| 11 M1D 野菜たっぷり ミートローフ | | 12 M1A ふわふわ豆腐 ハンバーグ(ひ じきごはん) | | 13 油淋鶏 | | 14 SL3/CL6 生姜焼き | | 15 創立記念日 | | 16 鮭のチーズ ホイル焼き | |
| トマトとしらすの パスタ | | チンジャオ丼 | | ロコモコ丼 | | 和風 タコライス | | | | 肉味噌 ガーリック ライス | |
| スープ (オニオン) | | スイーツポテト | | マカロニサラダ | | ジャーマンポテト | | | | 肉じゃが | |
| りんごゼリー | | 味噌汁 (小松菜) | | 味噌汁 (えのき) | | 味噌汁 (油揚げとねぎ) | | | | 味噌汁 (豆腐とねぎ) | |
| 18 チキンかつ | | 19 鶏肉のトマト 煮込み | | 20 全園 ポークソテー | | 21 SL4 中高午前授業 | | 22 SL2 麻婆なす定食 | | 23 ねぎ塩豚丼 | |
| 海軍カレー | | 鹿屋ランチ (かんぱちの ひつまぶし あら汁) | | お好み焼き (白飯) | | | | 野菜入り卵焼き | | | |
| 小松菜の海苔和え | | 鉄骨サラダ | | 竹輪の磯部揚げ | | | | 味噌汁 (さつまいも) | | | |
| 味噌汁 (なめこ) | | スープ (キャ ベツと卵) | | けんちん汁 | | | | | | | |
| 25 イタリアン照 り焼きチキン | | 26 CL5 豚のスタミナ 焼き | | 27 鰻のサクサク 揚げ | | 28 よだれ鶏 (ピリ辛だれ) | | 29 煮込みハンバー グ | | 30 午前だけの為お休み | |
| チゲうどん | | 牛彩丼 (白菜の漬物) | | ハヤシライス | | 醤油かつ丼 | | かきあげ うどん | | | |
| 千草和え | | さつまいもの金平 | | 白菜のサラダ | | 冬瓜の煮物 | | もやしのサラダ | | | |
| スープ (トマ トとレタス) | | 味噌汁 (じゃがいも) | | 味噌汁 (かぶ) | | 味噌汁 (人参とキャベツ) | | スープ (コーン) | | あかねごはん | |

*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