

湘南学園カフェテリア 予定献立表 ~2022年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)
3	5SL	4	6CL	5		6		7		8	
秋 休 み											
10		11		12	3SL	13	1SL	14		15	
				ヤンニョムチキン	野菜のグラタン(パン)	生姜焼き	ミートソース	家常豆腐	かき揚げ丼	ポークチャップ	ポトフ(パン)
スポーツの日		午前授業のため出食なし		ひじきの煮物	さつまいもサラダ	じゃがいもの洋風炒め		もやしときゅうりのサラダ		ひよこ豆のサラダ	
				スープ(卵とトマト)		味噌汁(大根)	りんご	味噌汁(なめこ)		スープ(キャベツ)	オレンジゼリー
17		18		19		20	2SL	21	M1A	22	
ポークソテー	盛岡風じゃじゃ麺	カオマンガイ	しらす丼	鶏肉のねぎ塩炒め	味噌ラーメン	鶏の照り焼き野菜添え	ドライカレー	豚肉の味噌漬	鶏肉のトマト煮込み	鶏つくね	ハッシュドビーフ
マカロニサラダ		春雨サラダ		温野菜のサラダ		ブロッコリーとしめじのソテー	かぼちやの煮物		ラタトゥイユ		
味噌汁(じゃがいも)	白飯	スープ(かきたま)		味噌汁(小松菜)	生姜ご飯	スープ(かぼちや)		味噌汁(きのこ)		スープ(コンソメジュリアン)	
24	4SL	25	M1E	26	M1C	27	M1B	28	全園	29	
		おからハンバーグ/ひじきご飯	豚キムチ丼	野菜たっぷりミートローフ(パン)	ハヤシライス	鱈のラタトゥイユソース	醤油ラーメン	豚肉の甘辛炒め	鶏南蛮丼	イタリアンポークソテー	麻婆茄子
代休		小松菜のじゃこ炒め		やみつきピーマン		ブロッコリーとじゃがいものペペロンチーノ風		こまつなサラダ		チャブチェ	
		味噌汁(わかめ)		スープ(大根と人参)		味噌汁(キャベツ)	りんごゼリー	味噌汁(豆腐)		スープ(もやし)	
31	M1D										
鶏のから揚げ	お好み焼き(白飯)										
切干大根の煮物											
味噌汁(しめじとねぎ)											

*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