

湘南学園カフェテリア 予定献立表 ~2023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 (550円)	ランチ (550円)	定食 (550円)	ランチ (550円)	定食 (550円)	ランチ (550円)	定食 (550円)	ランチ (550円)	定食 (550円)	ランチ (550円)	定食 (550円)	ランチ (550円)
2		3		4		5		6		7	
学園祭片づけ		終業式				秋 休 み					
9		10		11		12		13		14	
スポーツの日		始業式		回鍋肉	鶏南蛮うどん	豚肉のごま焼き	かき揚げ丼	豚肉の竜田揚げ	ラボカレー	油淋鶏	味噌ラーメン
				春雨の中華サラダ		大根と人参の煮物		さつまいもの金平		ジャーマンポテト	
				味噌汁(油揚げ)	ぶどう	味噌汁(キャベツ)		味噌汁(豆腐)	リンゴゼリー	スープ(レタスと卵)	炊き込みご飯
16 M1A		17 M1B		18 M1C		19 M1D		20 M1E		21	
鶏肉のラタトゥイユソース	ドライカレー	ひじきの混ぜご飯/豆腐ハンバーグ	牛彩丼	鶏の唐揚げ	豚肉のハニーマスタード焼き	家常豆腐	鶏チリ	豚肉の味噌漬	タンドリーチキン	焼き鳥丼	ロコモコライス
ブロッコリーとじゃがいものペペロンチーノ風		大根と昆布の煮物		切干大根の煮物		やみつきピーマン		千草和え		大根ときゅうりのサラダ	
スープ(キャベツと人参)		味噌汁(江戸菜)		スープ(玉ねぎ)		味噌汁(大根)		味噌汁(さつまいも)		スープ(押し麦)	
23		24		25		26		27		28	
代休		鶏の照り焼き	ツナときのことマトパスタ	豚肉の帯広風	親子丼	鶏の塩から揚げ	炊込み炒飯	肉巻き	ハッシュドビーフ	鶏肉のトマト煮込み	豚丼
		竹輪の磯辺揚げ		大根とツナの和風庵		マカロニサラダ		ブロッコリーとパプリカのソテー		ポテトサラダ	
		味噌汁(じゃがいも)	オレンジ	味噌汁(かぼちゃ)		味噌汁(しめじ)		スープ(大根と人参)		スープ(もやし)	
30		31									
ヤンニョムチキン	カレーうどん	肉野菜炒め	ハヤシライス								
キャベツとたまねぎのサラダ		小松菜の海苔和え									
味噌汁(玉ねぎ)	豆乳杏仁	スープ(えのき)									

*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