

湘南学園カフェテリア 予定献立表 2024/10/21 (月) ~10/26 (土)

	定食 (550円)	栄養価	ランチ (550円)	栄養価	スイーツ(150円)
21(月)	鶏肉のラタトゥイユソース ブロッコリーとじゃがいものバベロンチーノ風 スープ (大根と人参)	エネルギー 799 kcal タンパク質 32.7 g 脂質 32.2 g 塩分 3 g	ドライカレー ブロッコリーとじゃがいものバベロンチーノ風 スープ (大根と人参)	エネルギー 968 kcal タンパク質 29.7 g 脂質 23.8 g 塩分 4.7 g	カップケーキ
22(火)	おから入りミートローフ やみつきピーマン リンゴゼリー	エネルギー 809 kcal タンパク質 29.8 g 脂質 22.4 g 塩分 2.2 g	牛彩丼 味噌汁 (なめこ)	エネルギー 874 kcal タンパク質 21.5 g 脂質 35.4 g 塩分 3.5 g	蒸しパン(100円)
23(水)	炊き込みご飯/豚肉の味噌漬 こまつなサラダ 味噌汁 (かぼちゃ)	エネルギー 806 kcal タンパク質 32.8 g 脂質 35.6 g 塩分 3.5 g	タンドリーチキン こまつなサラダ 味噌汁 (かぼちゃ)	エネルギー 735 kcal タンパク質 33.1 g 脂質 24.7 g 塩分 3.7 g	スコーン
24(木)	鶏のから揚げ 切干大根の煮物 スープ (ほうれん草とエリンギ)	エネルギー 884 kcal タンパク質 31.8 g 脂質 33.3 g 塩分 2.2 g	豚肉のハニーマスタード焼き 切干大根の煮物 スープ (ほうれん草とエリンギ)	エネルギー 871 kcal タンパク質 30.6 g 脂質 31.7 g 塩分 2 g	パウンドケーキ
25(金)	豚肉のかりん揚げ 大根と昆布の煮物 味噌汁 (小松菜)	エネルギー 725 kcal タンパク質 32.8 g 脂質 17.1 g 塩分 2.5 g	鶏チリ 大根と昆布の煮物 味噌汁 (小松菜)	エネルギー 846 kcal タンパク質 32.5 g 脂質 23.6 g 塩分 4.1 g	マドレーヌ
26(土)	かぼちゃコロッケ コールスロー スープ (ミルファンテイ)	エネルギー 777 kcal タンパク質 24.2 g 脂質 19.7 g 塩分 2.7 g	ハヤシライス コールスロー スープ (ミルファンテイ)	エネルギー 714 kcal タンパク質 24 g 脂質 17.4 g 塩分 4.6 g	蒸しパン(100円)
全日	湘南みゅーあカレー(530円)	エネルギー 777 kcal タンパク質 24.2 g 脂質 19.7 g 塩分 2.7 g	*本品は卵、乳、小麦、そば、落花生、エビ、カニ、あわび、いか、いくら、オレンジ、カシューナッツ、キウイフルーツ、牛乳、胡桃、ごま、さけ、さば、大豆、鶏肉、豚肉、まつたけ、パナナ、もも、やまいも、りんご、ゼラチンを使用した製品と同一ラインで生産しています。		