

湘南学園カフェテリア 予定献立表 ~2026年1月~

は郷土

★…ラボ弁は前日までは予約システムをご利用ください。

当日はカフェテリア・リトルストアにてカフェテリア営業日に販売します。

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)
							1		2		3	
									冬休み			
5	6	7	8	9	10							
	冬休み				煮込みハンバーグ	回鍋肉	鶏の照り焼き	チゲうどん	ピラフ/ポトフ	しらすとトマト、キャベツのパスタ		
					コールスロー		ポテトサラダ					
					スープ(大根と人参)		味噌汁(しめじ)	みかん	豆乳杏仁	スープ(ミルファンテ)		
12	13 M1C 豚肉のかりん揚げ	麻婆丼	14 M1B 鯵と鶏のパン粉焼き	豚のポン酢炒め	15 M1D ミートローフ	豚丼	16 M1E 鶏のから揚げ	タコライス	17 鶏チリ	味噌ラーメン		
成人の日		大根と昆布の煮物	大根とツナの和風庵		やみつきピーマン		ほづれん草とエリンギのソテー		もやしの中華サラダ			
		味噌汁(玉ねぎ)	オレンジ	スープ(きのこ)	スープ(コーン)		スープ(キャベツ、人参)	スープ(玉ねぎ)	ふかしいも			
19 M1A 炊き込みご飯/豚の味噌漬け	鶏のトマト煮込み	20 2SL バーベキュー ポーク	21 3SL 鶏南蛮丼	イタリアンポークソテー	ハッシュドビーフ	22 鶏肉のごま味噌焼き	カレーうどん	23 1CL 全園	24 豚のすき焼き煮	ペペロンチーノ～Labo風		
こまツナサラダ		大根のさっと煮	春雨サラダ			根野菜煮			やみつきかぼちゃ			
味噌汁(もやし)		味噌汁(えのき)	スープ(コンソメジュニア)	味噌汁(小松菜)	ヨーグルトゼリー				味噌汁(大根)	ミルクプリン		
26 M1A 豚のチーズパン粉焼き	スープカレー	27 5SL 豚のねぎ塩だれ	長崎ちゃんぽん	チキンアドボ	ハヤシライス	28 6SL チキンジャオロースー	タコライス	29 4SL チキンソテー チーズのせ	豚フルコギ丼	30 全園	31	
切干大根の煮物		小松菜と卵の炒めナム		ブロックリーとしいたけのさつぱり和え		もやしのナポリタン	こまツナサラダ	小松菜と人参のナムル	入試前のため休み			
味噌汁(さつまいも)	ミニサラダ	味噌汁(キャベツ)	りんごゼリー	スープ(かきたま)	りんご	スープ(もやし)	味噌汁(白菜)					

*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