

花山青少年自然の家 献立予定表

平成29年7月分

日付	朝食	昼食	夕食
1 9 17 25 日	<b>朝食 A</b> ごはん、おかゆ パン コーンフレーク ジャム、マーガリン 納豆、味付のり、ふりかけ 卵焼きロール いわしの香梅煮 切り干し大根の煮物 マカロニイタリアン 生野菜二種類 漬物二品 味噌汁 スープ ドリンクバー 主 汁 主 汁	<b>昼食 A</b> 心の塩ラーメン まぜまぜピビンバ丼 カレーライス レパニラ炒め ワカサギフリッター わかめと玉ねぎのおかか和え 生野菜二種類 マヨネーズ フルーツゼリー 汁物 漬物二品 ドリンクバー 主 果 主 汁	<b>夕食 A</b> ごはん、ゆかりごはん 串カツ ビック海老のせしゅうまい 焼きそば フライドポテト 小松菜となめたけの和え物 塩ねぎエリンギ 生野菜二種類 フルーツ 味噌汁 コンソメスープ 漬物二品 ドリンクバー ドレッシング 主 果 主 汁
2 10 18 26 日	<b>朝食 B</b> ごはん、おかゆ パン コーンフレーク ジャム、マーガリン 納豆、味付のり、ふりかけ ミートオムレツ ポイルウインナー ビーマンとつきこんのピリ辛炒め たけのこの土佐煮 生野菜二種類 漬物二品 味噌汁 スープ ドリンクバー 主 汁 主 汁	<b>昼食 B</b> 冷たいそば チキンカツ丼 カレーライス 白身魚フライ 冷やっこ 茄子炒め 生野菜二種類 マヨネーズ フルーツゼリー 汁物 漬物二品 ドリンクバー 主 果 主 汁	<b>夕食 B</b> ごはん、わかめごはん 肉団子黒酢あんかけ イカフライ ビーフン炒め フライドポテト 豆腐のゴマサラダ ワカサギの南蛮漬け 生野菜二種類 フルーツ 味噌汁 白きくらげとふくろ草の中華スープ 漬物二品 ドリンクバー ドレッシング 主 果 主 汁
3 11 19 27 日	<b>朝食 C</b> ごはん、おかゆ パン コーンフレーク ジャム、マーガリン 納豆、味付のり、ふりかけ ねぎ卵焼き シヤモのから揚げ きんぴらごぼう 山菜おひたし 生野菜二種類 漬物二品 味噌汁 スープ ドリンクバー 主 汁 主 汁	<b>昼食 C</b> スパゲティーボロネーゼ きのこピラフ カレーライス ハムカツ 切り昆布の煮物 きゅうりのピクルス 生野菜二種類 マヨネーズ フルーツゼリー 汁物 漬物二品 ドリンクバー 主 果 主 汁	<b>夕食 C</b> ごはん、かおりごはん 牛焼肉 エビフリッターチリソースかけ チャプチェ フライドポテト 姫茸の塩麹みそあえ じゃが芋の韓国炒め煮 生野菜二種類 フルーツ 味噌汁 韓国スープ 漬物二品 ドリンクバー ドレッシング 主 果 主 汁
4 12 20 28 日	<b>朝食 D</b> ごはん、おかゆ パン コーンフレーク ジャム、マーガリン 納豆、味付のり、ふりかけ オムレツ ポイルウインナー こんにゃくと梅肉のしそかつお ジャーマンポテト 生野菜二種類 漬物二品 味噌汁 スープ ドリンクバー 主 汁 主 汁	<b>昼食 D</b> 山菜うどん ソースかつ丼 カレーライス 豚肉と茄子の味噌炒め スズキーニの天ぷら 高野豆腐の煮物 生野菜二種類 マヨネーズ フルーツゼリー 汁物 漬物二品 ドリンクバー 主 果 主 汁	<b>夕食 D</b> ごはん、雑穀米 鶏肉の唐揚げ きんしたまこのエビしんじょう きのこ和風ペンネパスタ フライドポテト 夏野菜のキヌアサラダ オクラのピーナッツ和え 生野菜二種類 フルーツ 味噌汁 中華卵スープ 漬物二品 ドリンクバー ドレッシング 主 果 主 汁
5 13 21 29 日	<b>朝食 A</b> ごはん、おかゆ パン コーンフレーク ジャム、マーガリン 納豆、味付のり、ふりかけ 卵焼きロール いわしの香梅煮 切り干し大根の煮物 マカロニイタリアン 生野菜二種類 漬物二品 味噌汁 スープ ドリンクバー 主 汁 主 汁	<b>昼食 E</b> 冷やし中華 マーボーナス丼 カレーライス ギョーザの素揚げ 大学芋 しろきくらげの中華サラダ 生野菜二種類 マヨネーズ フルーツゼリー 汁物 漬物二品 ドリンクバー 主 果 主 汁	<b>夕食 A</b> ごはん、ゆかりごはん 串カツ ビック海老のせしゅうまい 焼きそば フライドポテト 小松菜となめたけの和え物 塩ねぎエリンギ 生野菜二種類 フルーツ 味噌汁 コンソメスープ 漬物二品 ドリンクバー ドレッシング 主 果 主 汁
6 14 22 30 日	<b>朝食 B</b> ごはん、おかゆ パン コーンフレーク ジャム、マーガリン 納豆、味付のり、ふりかけ ミートオムレツ ポイルウインナー ビーマンとつきこんのピリ辛炒め たけのこの土佐煮 生野菜二種類 漬物二品 味噌汁 スープ ドリンクバー 主 汁 主 汁	<b>昼食 F</b> たぬきうどん 豚丼 カレーライス 鶏天ぷら 竹輪の煮物 きゅうりと豆腐の酢の物 生野菜二種類 マヨネーズ フルーツゼリー 汁物 漬物二品 ドリンクバー 主 果 主 汁	<b>夕食 B</b> ごはん、わかめごはん 肉団子黒酢あんかけ イカフライ ビーフン炒め フライドポテト 豆腐のゴマサラダ ワカサギの南蛮漬け 生野菜二種類 フルーツ 味噌汁 白きくらげとふくろ草の中華スープ 漬物二品 ドリンクバー ドレッシング 主 果 主 汁
7 15 23 31 日	<b>朝食 C</b> ごはん、おかゆ パン コーンフレーク ジャム、マーガリン 納豆、味付のり、ふりかけ ねぎ卵焼き シヤモのから揚げ きんぴらごぼう 山菜おひたし 生野菜二種類 漬物二品 味噌汁 スープ ドリンクバー 主 汁 主 汁	<b>昼食 G</b> とろろぶっかけ冷そば 親子丼 カレーライス 豚しゃぶ いんげんの胡麻和え 揚げ茄子のマスタード醤油和え 生野菜二種類 マヨネーズ フルーツゼリー 汁物 漬物二品 ドリンクバー 主 果 主 汁	<b>夕食 C</b> ごはん、かおりごはん 牛焼肉 エビフリッターチリソースかけ チャプチェ フライドポテト 姫茸の塩麹みそあえ じゃが芋の韓国炒め煮 生野菜二種類 フルーツ 味噌汁 韓国スープ 漬物二品 ドリンクバー ドレッシング 主 果 主 汁
8 16 24 日	<b>朝食 D</b> ごはん、おかゆ パン コーンフレーク ジャム、マーガリン 納豆、味付のり、ふりかけ オムレツ ポイルウインナー こんにゃくと梅肉のしそかつお ジャーマンポテト 生野菜二種類 漬物二品 味噌汁 スープ ドリンクバー 主 汁 主 汁	<b>昼食 H</b> 胡麻だれ冷うどん かき揚げ丼 カレーライス かぼちゃのクノーデルコロッケ がんもの煮物 シャキシャキレンコンのサラダ 生野菜二種類 マヨネーズ フルーツゼリー 汁物 漬物二品 ドリンクバー 主 果 主 汁	<b>夕食 D</b> ごはん、雑穀米 鶏肉の唐揚げ きんしたまこのエビしんじょう きのこ和風ペンネパスタ フライドポテト 夏野菜のキヌアサラダ オクラのピーナッツ和え 生野菜二種類 フルーツ 味噌汁 中華卵スープ 漬物二品 ドリンクバー ドレッシング 主 果 主 汁

都合により献立の一部が変更になる場合があります。ご了承ください。主=主菜・副=副菜・果=果物・汁=汁物

株式会社ニッコトラスト