

花山青少年自然の家 献立予定表

7月分

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。

日付	朝食	昼食	夕食
1 9 17 25 日	朝食 A 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 彩りオムレツ ミートコロック たまごこんにやく（山形名物） ひじきの煮物 生野菜二種類 漬物二品 味噌汁 スープ	昼食 A 冷やしゴマつけめん 高菜チャーハン カレーライス ニクシュウマイ 冷たい中華豆腐 やきなすのポン酢かけ 生野菜二種類 フルーツ 汁物 漬物二品	夕食 A ごはん、ナシゴレン 栗原産の夏野菜のビーフシチュー カニクリームコロッケ ペンネのパペロンチーノ フライドポテト ポテトサラダ ほうれん草とコーンあえもの 生野菜二種類 フルーツ 味噌汁 パンプキンスープ 漬物二品
2 10 18 26 日	朝食 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 ウィンナーオムレツ 焼き魚 ささかまときゅうりのわさびあえ マカロニサラダ 生野菜二種類 味噌汁 スープ 漬物二品	昼食 B 冷たいたぬきうどん 油麩丼 カレーライス 山芋入り豆腐ハンバーグ コーンのおとし揚げ ちくわのからしマヨネーズあえ 生野菜二種類 フルーツ 汁物 漬物二品	夕食 B ごはん、わかめごはん 鶏肉とパプリカの中華炒め 栗原産なすとトマトのマーボー 焼きそば フライドポテト 春雨中華サラダ 冷たい豆腐 生野菜二種類 フルーツ 味噌汁 中華スープ 漬物二品
3 11 19 27 日	朝食 C 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 たまごやきロール 肉詰めピーマンフライ 切干し大根の煮物 れんこんサラダ 生野菜二種類 味噌汁 スープ 漬物二品	昼食 C 冷たいそば 牛丼 カレーライス とりにくの照り焼き なすの天ぷら えだまめサラダ 生野菜二種類 フルーツ 汁物 漬物二品	夕食 C ごはん、ピラフ ハンバーグミートソース ハムサラダフライ スパゲティーナポリタン フライドポテト パンプキンサラダ きゅうりとちくわのごまあえ 生野菜二種類 フルーツ 味噌汁 コンソメオニオンスープ 漬物二品
4 12 20 28 日	朝食 D 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 ス克蘭ブルエッグ ボイルウィンナー きんぴらごぼう スパゲティーサラダ 生野菜二種類 味噌汁 スープ 漬物二品	昼食 D 冷やし中華 ウィンナーチャーハン カレーライス 揚げギョーザ イカとエリンギのバターしょうゆ炒め ザーサイ炒め 生野菜二種類 フルーツ 汁物 漬物二品	夕食 D ごはん、ゆかりごはん 栗原産なすとピーマンの牛焼肉 れんこんのはさみあげ 和風焼きうどん フライドポテト きゅうりとかまぼこの梅肉あえ ほうれん草とミニトマトの甘酢あえ 生野菜二種類 フルーツ 味噌汁 ミニ冷やし油麩ソーメン 漬物二品
5 13 21 29 日	朝食 A 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 彩りオムレツ ミートコロック たまごこんにやく（山形名物） ひじきの煮物 生野菜二種類 味噌汁 スープ 漬物二品	昼食 E 冷たいうどん だけのこごはん カレーライス 白身魚フライ なすの田楽 おくらのピーナツあえ 生野菜二種類 フルーツ 汁物 漬物二品	夕食 A ごはん、ナシゴレン 栗原産の夏野菜のビーフシチュー カニクリームコロッケ ペンネのパペロンチーノ フライドポテト ポテトサラダ ほうれん草とコーンあえもの 生野菜二種類 フルーツ 味噌汁 パンプキンスープ 漬物二品
6 14 22 30 日	朝食 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 ウィンナーオムレツ 焼き魚 ささかまときゅうりのわさびあえ マカロニサラダ 生野菜二種類 味噌汁 スープ 漬物二品	昼食 F 冷やし中華 カニとレタスのチャーハン カレーライス エビチリはるまき ゴーヤとちくわのチャンプル 春雨のゴマだれサラダ 生野菜二種類 フルーツ 汁物 漬物二品	夕食 B ごはん、わかめごはん 鶏肉とパプリカの中華炒め 栗原産なすとトマトのマーボー 焼きそば フライドポテト 春雨中華サラダ 冷たい豆腐 生野菜二種類 フルーツ 味噌汁 中華スープ 漬物二品
7 15 23 31 日	朝食 C 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 たまごやきロール 肉詰めピーマンフライ 切干し大根の煮物 れんこんサラダ 生野菜二種類 味噌汁 スープ 漬物二品	昼食 G 冷たいそば シドゥフ フタニク ドン オオサキ イワデヤマ 凍み豆腐と豚肉の丼（大崎市岩出山） カレーライス なす味噌ソースフライ ちくわとコンニャクのピリ辛炒め 小松菜ともやしのおひたし 生野菜二種類 フルーツ 汁物 漬物二品	夕食 C ごはん、ピラフ ハンバーグミートソース ハムサラダフライ スパゲティーナポリタン フライドポテト パンプキンサラダ きゅうりとちくわのごまあえ 生野菜二種類 フルーツ 味噌汁 コンソメオニオンスープ 漬物二品
8 16 24 日	朝食 D 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 ス克蘭ブルエッグ ボイルウィンナー きんぴらごぼう スパゲティーサラダ 生野菜二種類 味噌汁 スープ 漬物二品	昼食 H カッパリーヌ冷麺 ロコモコどん カレーライス アスパラクリームカツ トマトとアボガトのサラダ さつまいもサラダ 生野菜二種類 フルーツ 汁物 漬物二品	夕食 D ごはん、ゆかりごはん 栗原産なすとピーマンの牛焼肉 れんこんのはさみあげ 和風焼きうどん フライドポテト きゅうりとかまぼこの梅肉あえ ほうれん草とミニトマトの甘酢あえ 生野菜二種類 フルーツ 味噌汁 ミニ冷やし油麩ソーメン 漬物二品

主=主菜・副=副菜・果=果物・汁=汁物

朝・昼・夕食時 ドレッシング2~3種類又はマヨネーズが出ます。ドリンクバーがあります

株式会社ニッコトラスト