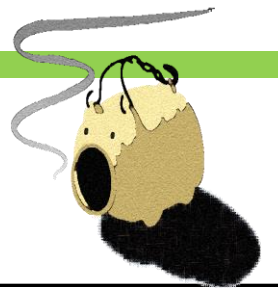
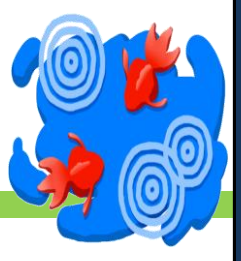
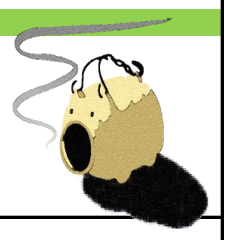
花山青少年自然の家　献立予定表

8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	主 主 副 副 汁 汁	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 ミートコロッケ たまこんにゃく（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 たまこんにゃくは山形県の名物料理です。	昼食 A	主 副 副 果 汁	冷たい和風中華 高菜チャーハン カレーライス シュウマイの天ぷら 冷たい中華豆腐 揚げ茄子のポン酢がけ 生野菜二種類 フルーツ 汁物 漬物二品 	夕食 A	主 主 副 副 副 副 果 汁 汁	ごはん、ナシゴレン オメガバランスポークのハーブ焼き コーンたっぷりコロッケ ペンネのクリームパスタ 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	主 主 副 副 汁 汁	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 ウインナーオムレツ ごぼうのちぎり揚げ 笹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	主 副 副 果 汁	冷たいたぬきうどん 油麩丼 カレーライス イカリングフライ オクラのくろごま和え ちくわときゅうりの辛し和え 生野菜二種類 フルーツ 汁物 漬物二品 油麩丼は登米市の名物料理です。	夕食 B	主 主 副 副 副 副 果 汁 汁	ごはん、わかめごはん ジャークチキン 栗原産なすとトマトのマーボー ミーゴレン 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	主 主 副 副 汁 汁	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 トーフしゅうまい 切干し大根の煮物 豆サラダ 生野菜二種類 味噌汁 スープ 漬物二品 	昼食 C	主 副 副 果 汁	冷たい長生きそば 牛焼肉丼 カレーライス とりにくの照り焼き かにかま天ぷら 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	主 主 副 副 副 副 果 汁 汁	ごはん、ピラフ 煮込みハンバーグデミソース えだまめコロッケ ペペロンチーノ フライドポテト パンプキンサラダ きゅうりとかまぼこの梅肉あえ 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	主 主 副 副 汁 汁	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 ボイルウインナー ごぼうサラダ がんもの煮物 生野菜二種類 味噌汁 スープ 漬物二品	昼食 D	主 副 副 果 汁	冷やし中華 ウインナーチャーハン カレーライス ジャンボしゅうまい 大学芋 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	主 主 副 副 副 副 果 汁 汁	ごはん　、ゆかりごはん 栗原産なすとピーマンの牛焼肉 中華春巻 和風焼きうどん フライドポテト きゅうりとちくわのごまあえ 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(登米市) 漬物二品
5 13 21 29 日	朝食 A	主 主 副 副 汁 汁	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 ミートコロッケ たまこんにゃく（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 たまこんにゃくは山形県の名物料理です。	昼食 E	主 副 副 果 汁	冷たいオクラうどん たけのこごはん カレーライス 白身魚フライ なすの田楽 青菜のピーナツあえ 生野菜二種類 フルーツ 汁物 漬物二品	夕食 A	主 主 副 副 副 副 果 汁 汁	ごはん、ナシゴレン オメガバランスポークのハーブ焼き コーンたっぷりコロッケ ペンネのクリームパスタ 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	主 主 副 副 汁 汁	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 ウインナーオムレツ ごぼうのちぎり揚げ 笹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	主 副 副 果 汁	冷やし中華 カニとレタスのチャーハン カレーライス ギョーザの素揚げ ゴーヤとちくわのチャンプルー 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	主 主 副 副 副 副 果 汁 汁	ごはん、わかめごはん ジャークチキン 栗原産なすとトマトのマーボー ミーゴレン 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	主 主 副 副 汁 汁	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 トーフしゅうまい 切干し大根の煮物 豆サラダ 生野菜二種類 味噌汁 スープ 漬物二品 	昼食 G	主 副 副 果 汁	冷たい山菜そば オメガバランスポークの焼肉丼 カレーライス メンチカツ にんじんとツナのしりしり 青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	主 主 副 副 副 副 果 汁 汁	ごはん、ピラフ 煮込みハンバーグデミソース えだまめコロッケ ペペロンチーノ フライドポテト パンプキンサラダ きゅうりとかまぼこの梅肉あえ 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	主 主 副 副 汁 汁	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 ボイルウインナー ごぼうサラダ がんもの煮物 生野菜二種類 味噌汁 スープ 漬物二品	昼食 H	主 副 副 果 汁	ソーメン チキンソースカツ丼 カレーライス うずら串フライ 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	主 主 副 副 副 副 果 汁 汁	ごはん　、ゆかりごはん 栗原産なすとピーマンの牛焼肉 中華春巻 和風焼きうどん フライドポテト きゅうりとちくわのごまあえ 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(登米市) 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

株式会社ニッコクトラスト