

花山青少年自然の家 献立予定表

平成29年 5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 卵ロール ミートコロッケ さつま揚げの煮物 卵の花 生野菜二種類 漬物二品 味噌汁 スープ ドリンクバー 	昼食 A わかめラーメン 卵チャーハン カレーライス シャンボ肉シュウマイ かに棒とオニオンのサラダ 春雨中華サラダ 生野菜二種類 マヨネーズ フルーツ 漬物二品 ドリンクバー 	夕食 A ごはん、わかめご飯 ハンバーグステーキ マカロニチーズフライ えびとトマトクリームのパスタ フライドポテト ほうれん草とベーコン・コーンのバターソテー いんげんのピーナッツ和え 生野菜二種類 フルーツ 味噌汁 オニオンスープ 漬物二品 ドリンクバー ドレッシング 
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 ウィンナードームオムレツ 焼き魚 オニオンリングフライ 筍の土佐煮 生野菜二種類 味噌汁 スープ 漬物二品 ドリンクバー 	昼食 B きつねうどん ソースかつ丼 カレーライス 豆腐ハンバーグ オクラのピーナッツ和え さつま芋のレモン煮 生野菜二種類 マヨネーズ フルーツ 漬物二品 ドリンクバー 	夕食 B ごはん、ゆかりご飯 シャンボ肉団子黒酢あんかけ 白身魚のチーズフライ 焼きそば フライドポテト 春雨のマヨネーズ和え 豆腐の中華サラダ 生野菜二種類 フルーツ 味噌汁 ワンタンスープ 漬物二品 ドリンクバー ドレッシング 
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 スクランブルエッグ ボイルウィンナー 枝豆とコーンのつまみ揚げ 青菜のおひたし 生野菜二種類 味噌汁 スープ 漬物二品 ドリンクバー 	昼食 C 山菜そば 牛丼 カレーライス いかカツ 白滝と竹輪のピリ辛炒め ほうれん草ともやしのおひたし 生野菜二種類 マヨネーズ フルーツ 漬物二品 ドリンクバー 	夕食 C ごはん、かおりご飯 焼肉 春巻 (チーズポテト) 春野菜のペペロンチーノ フライドポテト キヌアと豆のグレイズサラダ 山菜のおひたし 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 
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 ねぎ入り卵焼き 焼き魚 れんこんきんぴら マッシュポテトサラダ 生野菜二種類 味噌汁 スープ 漬物二品 ドリンクバー 	昼食 D สปาゲティーミートソース カニピラフ カレーライス ラタトゥイユカツ ごぼうの胡麻マヨ和え イタリアンミックスサラダ 生野菜二種類 マヨネーズ フルーツ 漬物二品 ドリンクバー 	夕食 D ごはん、雑穀米 鶏肉の照り焼き アジフライ 明太子スパゲティー フライドポテト 小松菜とツナの和え物 ぜんまいの煮物 生野菜二種類 フルーツ 味噌汁 すまし汁 漬物二品 ドリンクバー ドレッシング 
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 卵ロール ミートコロッケ さつま揚げの煮物 卵の花 生野菜二種類 味噌汁 スープ 漬物二品 ドリンクバー 	昼食 E ちやい味噌ラーメン ガパオライス (目玉焼き) カレーライス 蒸し餃子 大学芋 白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 漬物二品 ドリンクバー 	夕食 A ごはん、わかめご飯 ハンバーグステーキ マカロニチーズフライ えびとトマトクリームのパスタ フライドポテト ほうれん草とベーコン・コーンのバターソテー いんげんのピーナッツ和え 生野菜二種類 フルーツ 味噌汁 オニオンスープ 漬物二品 ドリンクバー ドレッシング 
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 ウィンナードームオムレツ 焼き魚 オニオンリングフライ 筍の土佐煮 生野菜二種類 味噌汁 スープ 漬物二品 ドリンクバー 	昼食 F たぬきうどん だけのご飯 カレーライス とり天ぷら 厚揚げのマヨネーズ焼き 竹輪とふきの煮物 生野菜二種類 マヨネーズ フルーツ 漬物二品 ドリンクバー 	夕食 B ごはん、ゆかりご飯 シャンボ肉団子黒酢あんかけ 白身魚のチーズフライ 焼きそば フライドポテト 春雨のマヨネーズ和え 豆腐の中華サラダ 生野菜二種類 フルーツ 味噌汁 ワンタンスープ 漬物二品 ドリンクバー ドレッシング 
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 スクランブルエッグ ボイルウィンナー 枝豆とコーンのつまみ揚げ 青菜のおひたし 生野菜二種類 味噌汁 スープ 漬物二品 ドリンクバー 	昼食 G とろろそば 豚丼 カレーライス うずら卵のフライ 魚の唐揚げ黒酢あんかけ 高野豆腐の煮物 生野菜二種類 マヨネーズ フルーツ 漬物二品 ドリンクバー 	夕食 C ごはん、かおりご飯 焼肉 春巻 (チーズポテト) 春野菜のペペロンチーノ フライドポテト キヌアと豆のグレイズサラダ 山菜のおひたし 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 
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 ねぎ入り卵焼き 焼き魚 れんこんきんぴら マッシュポテトサラダ 生野菜二種類 味噌汁 スープ 漬物二品 ドリンクバー 	昼食 H じゃじゃ麺 ピビンパフ カレーライス メンチカツ こんにやくサラダ ツナサラダ 生野菜二種類 マヨネーズ フルーツ 漬物二品 ドリンクバー 	夕食 D ごはん、雑穀米 鶏肉の照り焼き アジフライ 明太子スパゲティー フライドポテト 小松菜とツナの和え物 ぜんまいの煮物 生野菜二種類 フルーツ 味噌汁 すまし汁 漬物二品 ドリンクバー ドレッシング 

主=主菜・副=副菜・果=果物・汁=汁物

朝・昼・夕食時にドレッシングが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