

花山青少年自然の家 献立予定表

平成30年2.3月分

株式会社ニッコトラスト

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 チーズオムレツ ポイルウインナー 焼き魚(ししゃも) ひじきの煮物 生野菜二種類 漬物二品 味噌汁 スープ	<b>昼食 A</b> 揚げ玉うどん 牛丼 カレーライス イカフライ 人参とツナのしりしり オクラの胡麻和え 生野菜二種類 フルーツ 汁物 漬物二品	<b>夕食 A</b> ごはん、雑穀米 牛肉の生姜焼き エビカツ ペペロンチーノ フライドポテト サワラのピリ辛照り焼き いんげんのかおりあえ 生野菜二種類 フルーツ 味噌汁 しめじの豆乳スープ 漬物二品
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 厚焼き卵 ポイルウインナー 焼き魚(塩ます) 一口がんもの煮物 生野菜二種類 味噌汁 スープ 漬物二品	<b>昼食 B</b> なめこそば 麩の卵とじ丼 カレーライス れんこんの磯辺揚げ 湯豆腐 いんげんの胡麻和え 生野菜二種類 フルーツ 汁物 漬物二品	<b>夕食 B</b> ごはん、ゆかりご飯 肉団子の甘酢あんかけ 海鮮シウマイ 芋春雨のチャプチェ フライドポテト ほうれんそうの海苔和え オクラのピーナツ和え 生野菜二種類 フルーツ 味噌汁 韓国スープ 漬物二品
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 ひじき入り卵焼き ポイルウインナー 焼き魚(サバ) 切干し大根の煮物 生野菜二種類 味噌汁 スープ 漬物二品	<b>昼食 C</b> わかめラーメン ハムチャーハン カレーライス 揚げかにシウマイ 大学芋 春雨サラダ 生野菜二種類 フルーツ 汁物 漬物二品	<b>夕食 C</b> ごはん、雑穀米 豚肉の生姜焼き チーズポテト春巻 めんたいパスタ フライドポテト はな豆のコーヒー煮 竹輪と人参の金平 生野菜二種類 フルーツ 味噌汁 中華スープ 漬物二品
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 かに卵焼き ポイルウインナー わかさぎフリッター きりこんぶの煮物 生野菜二種類 味噌汁 スープ 漬物二品	<b>昼食 D</b> 山菜うどん 鶏五目御飯 カレーライス 山芋とエビの湯葉つつみ揚げ 大根の田菜 高野豆腐の煮物 生野菜二種類 フルーツ 汁物 漬物二品	<b>夕食 D</b> ごはん、わかめご飯 焼き鳥 カニクリームコロッケ 焼きそば フライドポテト ヨーグルトサラダ エリンギとしめじのねぎ塩炒め 生野菜二種類 フルーツ 味噌汁 すまし汁 漬物二品
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 チーズオムレツ ポイルウインナー 焼き魚(ししゃも) ひじきの煮物 生野菜二種類 味噌汁 スープ 漬物二品	<b>昼食 E</b> どんこつラーメン マーボー豆腐丼 カレーライス お好み焼き 大学芋 ひじきサラダ 生野菜二種類 フルーツ 汁物 漬物二品	<b>夕食 A</b> ごはん、雑穀米 牛肉の生姜焼き エビカツ ペペロンチーノ フライドポテト サワラのピリ辛照り焼き いんげんのかおりあえ 生野菜二種類 フルーツ 味噌汁 しめじの豆乳スープ 漬物二品
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 厚焼き卵 ポイルウインナー 焼き魚(塩ます) 一口がんもの煮物 生野菜二種類 味噌汁 スープ 漬物二品	<b>昼食 F</b> スパゲティーミートソース キノコ炊き込みピラフ カレーライス ハンバーグのトマトソースがけ じゃがバター ブロッコリーのフリッター 生野菜二種類 フルーツ 汁物 漬物二品	<b>夕食 B</b> ごはん、ゆかりご飯 肉団子の甘酢あんかけ 海鮮シウマイ 芋春雨のチャプチェ フライドポテト ほうれんそうの海苔和え オクラのピーナツ和え 生野菜二種類 フルーツ 味噌汁 韓国スープ 漬物二品
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 ひじき入り卵焼き ポイルウインナー 焼き魚(サバ) 切干し大根の煮物 生野菜二種類 味噌汁 スープ 漬物二品	<b>昼食 G</b> とろろそば 親子丼 カレーライス ヘルシーフィッシュのから揚げ きんぴらごぼう いんげんのピーナツ和え 生野菜二種類 フルーツ 汁物 漬物二品	<b>夕食 C</b> ごはん、雑穀米 豚肉の生姜焼き チーズポテト春巻 めんたいパスタ フライドポテト はな豆のコーヒー煮 竹輪と人参の金平 生野菜二種類 フルーツ 味噌汁 中華スープ 漬物二品
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 かに卵焼き ポイルウインナー わかさぎフリッター きりこんぶの煮物 生野菜二種類 味噌汁 スープ 漬物二品	<b>昼食 H</b> しょうゆラーメン ガパオライス カレーライス 錦糸卵の海老しんじょう 白菜とかにの中華あんかけ レンコンのサラダ 生野菜二種類 フルーツ 汁物 漬物二品	<b>夕食 D</b> ごはん、わかめご飯 焼き鳥 カニクリームコロッケ 焼きそば フライドポテト ヨーグルトサラダ エリンギとしめじのねぎ塩炒め 生野菜二種類 フルーツ 味噌汁 すまし汁 漬物二品

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。

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。