

花山青少年自然の家 献立予定表

平成30年 11・12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 | <p>朝食 A</p> <p>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 ネギ入り玉子焼き ポイルウインナー 切り干し大根の煮物 ヨーグルト 生野菜 漬物 味噌汁 スープ</p>  | <p>昼食 A</p> <p>しょうゆラーメン チャーハン カレーライス 揚げぎょうざ もやしとひき肉の炒め物 いんげんのピーナッツ和え 生野菜二種類 フルーツ 汁物 漬物</p> | <p>夕食 A</p> <p>ごはん、ドライカレー 豚肉の串カツ イカと大根の煮物 明太子スパゲティー フライドポテト 揚げ出し豆腐 青菜の海苔和え 生野菜 フルーツ 味噌汁 げんちゃん汁 漬物</p>  |
| 2 10 18 26 日 | <p>朝食 B</p> <p>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 野菜オムレツ ポイルウインナー 焼き魚 青菜のおひたし 生野菜 味噌汁 スープ 漬物</p> | <p>昼食 B</p> <p>きつねそば 豚丼 カレーライス ポークシウマイ ちぎり揚げ オクラのゆかり和え 生野菜二種類 フルーツ 汁物 漬物</p> | <p>夕食 B</p> <p>ごはん、かおりごはん 炭火焼とりつくね さばの竜田揚げ 焼きそば フライドポテト 白菜とあさりの煮びたし 絹さやのしょうが和え 生野菜 フルーツ 味噌汁 中華スープ 漬物</p> |
| 3 11 19 27 日 | <p>朝食 C</p> <p>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 厚焼き玉子 ポイルウインナー ひじき煮 ヨーグルト 生野菜 味噌汁 スープ 漬物</p>  | <p>昼食 C</p> <p>わかめうどん 味噌カツ丼 カレーライス 魚のフライ ちくわのピリ辛炒め 春雨サラダ 生野菜二種類 フルーツ 汁物 漬物</p> | <p>夕食 C</p> <p>ごはん、ケチャップライス ハンバーグ カニクリームコロッケ ペペロンチーノスパゲティー フライドポテト 魚のハーブ焼き もやしの洋風サラダ 生野菜 フルーツ 味噌汁 ポタージュスープ 漬物</p>  |
| 4 12 20 28 日 | <p>朝食 D</p> <p>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 野菜コロッケ れんこんサラダ 生野菜 味噌汁 スープ 漬物</p> | <p>昼食 D</p> <p>みそラーメン マーボー豆腐丼 カレーライス えびシウマイ 白菜と木耳のごま油炒め メンマとつぎごんの炒め物 生野菜二種類 フルーツ 汁物 漬物</p>  | <p>夕食 D</p> <p>ごはん、ゆかりごはん 牛肉の野菜焼肉 魚の唐揚げ甘酢あんかけ おでん フライドポテト 豆サラダ ふかし芋 生野菜 フルーツ 味噌汁 すまし汁 漬物</p> |
| 5 13 21 29 日 | <p>朝食 A</p> <p>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 ネギ入り玉子焼き ポイルウインナー 切り干し大根の煮物 ヨーグルト 生野菜 味噌汁 スープ 漬物</p> | <p>昼食 E</p> <p>とり天そば 豚焼肉丼 カレーライス イカの唐揚げ 大学芋 海藻サラダ 生野菜二種類 フルーツ 汁物 漬物</p> | <p>夕食 A</p> <p>ごはん、ドライカレー 豚肉の串カツ イカと大根の煮物 明太子スパゲティー フライドポテト 揚げ出し豆腐 青菜の海苔和え 生野菜 フルーツ 味噌汁 げんちゃん汁 漬物</p> |
| 6 14 22 30 日 | <p>朝食 B</p> <p>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 野菜オムレツ ポイルウインナー 焼き魚 青菜のおひたし 生野菜 味噌汁 スープ 漬物</p> | <p>昼食 F</p> <p>とんこつラーメン ガパオライス カレーライス ミートボールの甘酢あんかけ さつま揚げのしょうが煮 豆サラダ 生野菜二種類 フルーツ 汁物 漬物</p>  | <p>夕食 B</p> <p>ごはん、かおりごはん 炭火焼とりつくね さばの竜田揚げ 焼きそば フライドポテト 白菜とあさりの煮びたし 絹さやのしょうが和え 生野菜 フルーツ 味噌汁 中華スープ 漬物</p> |
| 7 15 23 31 日 | <p>朝食 C</p> <p>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 厚焼き玉子 ポイルウインナー ひじき煮 ヨーグルト 生野菜 味噌汁 スープ 漬物</p>  | <p>昼食 G</p> <p>牛肉うどん ちらしずし カレーライス 魚の唐揚げ きんぴられんこん キノコの時雨煮 生野菜二種類 フルーツ 汁物 漬物</p> | <p>夕食 C</p> <p>ごはん、ケチャップライス ハンバーグ カニクリームコロッケ ペペロンチーノスパゲティー フライドポテト 魚のハーブ焼き もやしの洋風サラダ 生野菜 フルーツ 味噌汁 ポタージュスープ 漬物</p> |
| 8 16 24 日 | <p>朝食 D</p> <p>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 野菜コロッケ れんこんサラダ 生野菜 味噌汁 スープ 漬物</p> | <p>昼食 H</p> <p>たぬきそば 油麩丼 カレーライス うずらの卵串フライ 白菜の煮びたし 春雨サラダ 生野菜二種類 フルーツ 汁物 漬物</p> | <p>夕食 D</p> <p>ごはん、ゆかりごはん 牛肉の野菜焼肉 魚の唐揚げ甘酢あんかけ おでん フライドポテト 豆サラダ ふかし芋 生野菜 フルーツ 味噌汁 すまし汁 漬物</p>  |

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。