




花山青少年自然の家 献立予定表

令和元年 7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 厚焼き玉子 ポイルウインナー 切り干し大根の煮物 青菜のおひたし 生野菜 漬物 味噌汁 スープ</p> 	<p>昼食 A</p> <p>冷やし中華 チャーハン カレーライス 水餃子 茄子と豚肉の甘辛炒め かぼちゃサラダ 生野菜 フルーツ 汁物 漬物二品</p>	<p>夕食 A</p> <p>ごはん、たけのこご飯 ジャンボ肉団子の甘酢あんかけ イカ野菜カツ 焼きそば フライドポテト 揚げ茄子のポン酢和え いんげんのゆかり和え 生野菜 フルーツ 味噌汁 花魁のすまし汁 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 こんにゃくごぼう 生野菜 味噌汁 スープ 漬物</p>	<p>昼食 B</p> <p>きつねそば ちらし寿司 カレーライス あじの大葉フライ きんぴらごぼう オクラのごま和え 生野菜 フルーツ 汁物 漬物二品</p>	<p>夕食 B</p> <p>ごはん、ピラフ ハンバーグステーキ カニクリームコロッケ ペペロンチーノスパゲティ フライドポテト 山菜と筍の煮物 もやしとハムのサラダ 生野菜 フルーツ 味噌汁 ビーフコンソメスープ 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 スクランブルエッグ ポイルウインナー 野菜コロッケ ひじきの煮物 生野菜 味噌汁 スープ 漬物</p>	<p>昼食 C</p> <p>冷やしラーメン ソースカツ丼 カレーライス 揚げキョウサ きくらげともやしの炒め物 ズッキーニとツナのサラダ 生野菜 フルーツ 汁物 漬物二品</p>	<p>夕食 C</p> <p>ごはん、雑穀米 サクサクチキンの甘酢あんかけ サバ和風カレー煮 きのこスパゲティ フライドポテト 茄子の揚げだし 絹さやのピーナッツ和え 生野菜 フルーツ 味噌汁 せんべい汁 漬物</p> <div data-bbox="1617 905 1879 1023" style="border: 1px solid black; padding: 5px;"> <p>せんべい汁は青森県 八戸市の郷土料理です</p> </div>
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 ネギ入り玉子焼き ポイルウインナー 切り昆布の煮物 野菜たっぷりちぎり揚げ 生野菜 味噌汁 スープ 漬物</p>	<p>昼食 D</p> <p>わかめうどん 鶏そぼろ丼 カレーライス うずらの卵串フライ さつまいもとパインのサラダ きゅうりの塩昆布和え 生野菜 フルーツ 汁物 漬物二品</p>	<p>夕食 D</p> <p>ごはん、グリーンピースご飯 回鍋肉 春巻 チャプチェ フライドポテト ズッキーニのナムル もやしの中華サラダ 生野菜 フルーツ 味噌汁 きくらげの中華スープ 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 厚焼き玉子 ポイルウインナー 切り干し大根の煮物 青菜のおひたし 生野菜 味噌汁 スープ 漬物</p>	<p>昼食 E</p> <p>冷やし中華 麻婆茄子丼 カレーライス ポークシューマイ 大学芋 ブロッコリーのツナ和え 生野菜 フルーツ 汁物 漬物二品</p>	<p>夕食 A</p> <p>ごはん、たけのこご飯 ジャンボ肉団子の甘酢あんかけ イカ野菜カツ 焼きそば フライドポテト 揚げ茄子のポン酢和え いんげんのゆかり和え 生野菜 フルーツ 味噌汁 花魁のすまし汁 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 こんにゃくごぼう 生野菜 味噌汁 スープ 漬物</p>	<p>昼食 F</p> <p>たぬきうどん 牛丼 カレーライス ちくわの磯部揚げ サバの和風カレー煮 カリフラワーのゆかり和え 生野菜 フルーツ 汁物 漬物二品</p> 	<p>夕食 B</p> <p>ごはん、ピラフ ハンバーグステーキ カニクリームコロッケ ペペロンチーノスパゲティ フライドポテト 山菜と筍の煮物 もやしとハムのサラダ 生野菜 フルーツ 味噌汁 ビーフコンソメスープ 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 スクランブルエッグ ポイルウインナー 野菜コロッケ ひじきの煮物 生野菜 味噌汁 スープ 漬物</p>	<p>昼食 G</p> <p>冷たい鶏天そば 豚焼肉丼 カレーライス あじの大葉フライ ちくわのピリ辛煮 きゅうりの塩昆布和え 生野菜 フルーツ 汁物 漬物二品</p>	<p>夕食 C</p> <p>ごはん、雑穀米 サクサクチキンの甘酢あんかけ サバ和風カレー煮 きのこスパゲティ フライドポテト 茄子の揚げだし 絹さやのピーナッツ和え 生野菜 フルーツ 味噌汁 せんべい汁 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 ネギ入り玉子焼き ポイルウインナー 切り昆布の煮物 野菜たっぷりちぎり揚げ 生野菜 味噌汁 スープ 漬物</p>	<p>昼食 H</p> <p>ミートソーススパゲティ 高菜ピラフ カレーライス かぼちゃのコロッケ ハムソテー きゅうりとツナのポン酢和え 生野菜 フルーツ 汁物 漬物二品</p>	<p>夕食 D</p> <p>ごはん、グリーンピースご飯 回鍋肉 春巻 チャプチェ フライドポテト ズッキーニのナムル もやしの中華サラダ 生野菜 フルーツ 味噌汁 きくらげの中華スープ 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、トマトケチャップが出ます。ドリンクバーがあります。