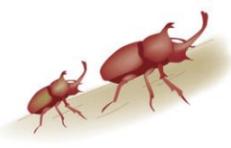


花山青少年自然の家 献立予定表

令和元年 8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 厚焼き玉子 ポイルウインナー 切り干し大根の煮物 マカロニイタリアン 生野菜 漬物 味噌汁 スープ 	<b>昼食 A</b> 冷やし中華 チャーハン カレーライス 揚げ餃子 サバの和風カレー煮 切干大根の三杯酢 生野菜 フルーツ 汁物 漬物二品 <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin-top: 10px;">                         宮城県仙台市が発祥と言われています                     </div>	<b>夕食 A</b> ごはん、わかめご飯 若鶏の塩唐揚げ ニラ饅頭 焼きそば フライドポテト なすのピリ辛炒め ミントマトのナムル 生野菜 フルーツ 味噌汁 冷たいすまし汁 漬物
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 野菜オムレツ ポイルウインナー 焼き魚 れんこんのきんぴら 生野菜 味噌汁 スープ 漬物	<b>昼食 B</b> 冷やしぶっかけとろろそば ちらし寿司 カレーライス あじの大葉フライ ごぼうサラダ オクラのごま和え 生野菜 フルーツ 汁物 漬物二品	<b>夕食 B</b> ごはん、ドライカレー ハンバーグステーキ ピザ風春巻き サワークリームスパゲティ フライドポテト ブロッコリーの梅おかかあえ ピーマンとコーンのソテー 生野菜 フルーツ 味噌汁 ビーフコンソメスープ 漬物
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 ス克蘭ブルエッグ 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	<b>昼食 C</b> 冷やしラーメン ぎのこ炊き込みご飯 カレーライス 揚げシューマイ ピーマンともやしの炒め物 スッキーニとツナのサラダ 生野菜 フルーツ 汁物 漬物二品	<b>夕食 C</b> ごはん、雑穀米 サクサクチキン唐揚げ サバのみそ煮 たらこスパゲティ フライドポテト 茄子の揚げびたし ゆず香りこんにやく 生野菜 フルーツ 味噌汁 せんべい汁 漬物 <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin-top: 10px;">                         青森県八戸市の郷土料理です                     </div>
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 ミートオムレツ ポイルウインナー ホッケの塩焼き 黒胡麻ごんぼ 生野菜 味噌汁 スープ 漬物	<b>昼食 D</b> 冷やしぶっかけおくらうどん 豚焼肉丼 カレーライス 小女子のかき揚げ こんにやくのピリ辛煮 ピーマンの塩昆布和え 生野菜 フルーツ 汁物 漬物二品 	<b>夕食 D</b> ごはん、ゆかりご飯 大きい肉シューマイ とんかつ 焼うどん フライドポテト スッキーニのナムル もやしの中華サラダ 生野菜 フルーツ 味噌汁 豆ちやし汁 漬物
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 厚焼き玉子 ポイルウインナー 切り干し大根の煮物 マカロニイタリアン 生野菜 味噌汁 スープ 漬物	<b>昼食 E</b> 冷やし中華 麻婆茄子丼 カレーライス 三角春巻き 大学芋 ミントマトとほうれん草の酢のもの 生野菜 フルーツ 汁物 漬物二品	<b>夕食 A</b> ごはん、わかめご飯 若鶏の塩唐揚げ ニラ饅頭 焼きそば フライドポテト なすのピリ辛炒め ミントマトのナムル 生野菜 フルーツ 味噌汁 冷たいすまし汁 漬物
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 野菜オムレツ ポイルウインナー 焼き魚 れんこんのきんぴら 生野菜 味噌汁 スープ 漬物 	<b>昼食 F</b> じゃじゃ麺 牛丼 カレーライス 白身魚フライ ブロッコリーとコーンの塩炒め キュウリの梅肉和え 生野菜 フルーツ 汁物 漬物二品 <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin-top: 10px;">                         岩手県盛岡市の郷土料理です                     </div>	<b>夕食 B</b> ごはん、ドライカレー ハンバーグステーキ ピザ風春巻き サワークリームスパゲティ フライドポテト ブロッコリーの梅おかかあえ ピーマンとコーンのソテー 生野菜 フルーツ 味噌汁 ビーフコンソメスープ 漬物
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 ス克蘭ブルエッグ 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	<b>昼食 G</b> 冷たいそば 山菜ちらし寿司 カレーライス ちくわの磯辺揚げ きゅうりとわかめの酢の物 ゴーヤチャンプルー 生野菜 フルーツ 汁物 漬物二品 <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin-top: 10px;">                         沖縄県の郷土料理です                     </div>	<b>夕食 C</b> ごはん、雑穀米 サクサクチキン唐揚げ サバのみそ煮 たらこスパゲティ フライドポテト 茄子の揚げびたし ゆず香りこんにやく 生野菜 フルーツ 味噌汁 せんべい汁 漬物
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 ミートオムレツ ポイルウインナー ホッケの塩焼き 黒胡麻ごんぼ 生野菜 味噌汁 スープ 漬物	<b>昼食 H</b> 鶏だしそうめん 豚生姜焼き丼 カレーライス メンチカツ きんぴらごぼう きゅうりと豆豉のぼん酢和え 生野菜 フルーツ 汁物 漬物二品	<b>夕食 D</b> ごはん、ゆかりご飯 大きい肉シューマイ とんかつ 焼うどん フライドポテト スッキーニのナムル もやしの中華サラダ 生野菜 フルーツ 味噌汁 豆ちやし汁 漬物 

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・夕食時にドリンクが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。