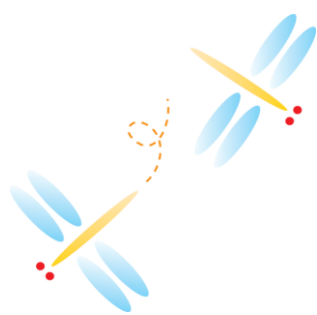


花山青少年自然の家 献立予定表

令和元年 9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 笹かまとブロッコリーのサラダ 生野菜 漬物 味噌汁 スープ	<b>昼食 A</b> わかめラーメン チャーハン カレーライス 揚げ餃子 ちくわピリ辛煮 ピーマンのおかか醤油 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 サバの味噌煮 焼きそば フライドポテト なすのピリ辛炒め ミニトマトのナムル 生野菜 フルーツ 味噌汁 ひきな汁 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 プレーンオムレツ ポイルウインナー さばの照り焼き 青菜の煮びたし 生野菜 味噌汁 スープ 漬物	<b>昼食 B</b> とろろそば 豚焼肉丼 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 かぼちゃコロッケ サワークリームスパゲティ フライドポテト エリンギマリネ 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 スクランブルエッグ ポイルウインナー 野菜コロッケ たけのこオニオン 生野菜 味噌汁 スープ 漬物	<b>昼食 C</b> 冷やし中華 ピビンパ丼 カレーライス サクサクチキン 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 照り焼きチキン サバの竜田揚げ たらこスパゲッティ フライドポテト 茄子の揚げびたし れんこんゆかり和え 生野菜 フルーツ 味噌汁 彩りつみれ汁 漬物
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 大豆とひじきの煮物 野菜たっぷりちぎりあげ 生野菜 味噌汁 スープ 漬物	<b>昼食 D</b> ぎつねうどん ちらし寿司 カレーライス 白身魚フライ こんにゃくのピリ辛煮 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 大きい肉シュウマイ とんかつ チャーチャー麺 フライドポテト スッキーニのナムル ちやしの中華サラダ 生野菜 フルーツ 味噌汁 わかめスープ 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 笹かまとブロッコリーのサラダ 生野菜 味噌汁 スープ 漬物	<b>昼食 E</b> ミートソーススパゲティー きのこピラフ カレーライス スイートポテトコロッケ ブロッコリーのピーナッツ和え 夏野菜の酢の物 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 サバの味噌煮 焼きそば フライドポテト なすのピリ辛炒め ミニトマトのナムル 生野菜 フルーツ 味噌汁 ひきな汁 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 プレーンオムレツ ポイルウインナー さばの照り焼き 青菜の煮びたし 生野菜 味噌汁 スープ 漬物	<b>昼食 F</b> たぬきうどん ピビンパ丼 カレーライス 白身魚フライ サバの和風カレー煮 キュウリの梅肉和え 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 かぼちゃコロッケ サワークリームスパゲティ フライドポテト エリンギマリネ 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 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 スクランブルエッグ ポイルウインナー 野菜コロッケ たけのこオニオン 生野菜 味噌汁 スープ 漬物	<b>昼食 G</b> 味噌ラーメン 二色丼 カレーライス ちくわの磯辺揚げ きんぴらごぼう ピーマンのナムル 生野菜 フルーツ 汁物 漬物二品	<b>夕食 C</b> ごはん、雑穀米 照り焼きチキン サバの竜田揚げ たらこスパゲッティ フライドポテト 茄子の揚げびたし れんこんゆかり和え 生野菜 フルーツ 味噌汁 彩りつみれ汁 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 大豆とひじきの煮物 野菜たっぷりちぎりあげ 生野菜 味噌汁 スープ 漬物	<b>昼食 H</b> 冷たいそば 牛丼 カレーライス アジの大葉フライ 大学芋 ぎゅうりとわかめの酢の物 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 大きい肉シュウマイ とんかつ チャーチャー麺 フライドポテト スッキーニのナムル ちやしの中華サラダ 生野菜 フルーツ 味噌汁 わかめスープ 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。