

# 花山青少年自然の家 献立予定表

令和元年 11.12月分

株式会社ニッコトラスト

日付	朝食	昼食	夕食
1 5 9 13 17 21 25 29 日	朝食 A 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 オムレツ ハムソースステーキ 野菜コロッケ れんこんゆかり和え 生野菜 漬物 味噌汁 スープ	朝食 A 醤油ラーメン 油麩丼 <small>宮城県登米市の郷土料理です</small> カレーライス 揚げ餃子 小松菜とぜんまいのナムル 春雨サラダ 生野菜 フルーツ 汁物 漬物	夕食 A ごはん、かおりご飯 鶏竜田揚げ さばの味噌煮 たらこパスタ フライドポテト なめこの大根おろし和え ブロッコリーのピーナッツ和え 生野菜 フルーツ 味噌汁 ひきな汁 漬物
2 6 10 14 18 22 26 30 日	朝食 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 ねぎ入り玉子焼き ポイルウインナー さつま揚げの甘辛煮 きぬさやのしょうが和え 生野菜 味噌汁 スープ 漬物	朝食 B いか天そば 二色丼 カレーライス メンチカツ 白菜の煮びたし いんげんの塩昆布和え 生野菜 フルーツ 汁物 漬物	夕食 B ごはん、ピラフ ハンバーグステーキ かぼちゃコロッケ ペペロンチーノスパゲッティ フライドポテト 人参のグラッセ 春雨ツナマヨサラダ 生野菜 フルーツ 味噌汁 ビーフコンソメ 漬物
3 7 11 15 19 23 27 31 日	朝食 C 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 ハムソースステーキ きんぴらごぼう コーンコロッケ 生野菜 味噌汁 スープ 漬物	朝食 C きつねうどん プルコギ丼 カレーライス あんかけ肉団子 ピリ辛こんにゃく ブロッコリーとコーンのサラダ 生野菜 フルーツ 汁物 漬物	夕食 C ごはん、わかめご飯 ユーリンチー 白身魚フライタルタルソース ツナときのこのツナパスタ フライドポテト 大根のうま煮 オクラのピーナッツ和え 生野菜 フルーツ 味噌汁 とろろ昆布汁 漬物
4 8 12 16 20 24 28 日	朝食 D 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 笹かまの甘辛炒め 青菜のお浸し 生野菜 味噌汁 スープ 漬物	朝食 D ミートソーススパゲッティ シーフードピラフ カレーライス チキンナゲット 白菜とベーコンのコンソメ煮 きぬさやのピーナッツ和え 生野菜 フルーツ 汁物 漬物	夕食 D ごはん、チャーハン 大きいシュウマイ さばの照り焼き チンジャオロースーパスタ フライドポテト もやしのナムル 切干大根の酢の物 生野菜 フルーツ 味噌汁 中華スープ 漬物

※毎食時に、ドリンクバーを4種類ご用意しております。食事時間のみご利用ください。

※都合により献立の一部が変更になることがあります。ご了承ください。

※毎食時に、マヨネーズ・ケチャップ・ドレッシングが2～3種類出ます。