

花山青少年自然の家 献立予定表

令和2年 1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 ミートオムレツ ボイルウインナー 切り干し大根の煮物 こんにゃくごぼう 生野菜 漬物 味噌汁 スープ	昼食 A きつねそば ピリ辛豚丼 カレーライス 大学芋 さんまのうま煮 きぬさやのしょうが和え 生野菜 フルーツ 汁物 漬物 	夕食 A ごはん、かおりご飯 チンジャオロースー 揚げシュウマイ 焼きそば フライドポテト ささみのごまドレサラダ 春雨サラダ 生野菜 フルーツ 味噌汁 わかめスープ 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 ス克蘭ブルエッグ ハムソテー かぼちゃコロッケ スパゲティサラダ 生野菜 味噌汁 スープ 漬物 	昼食 B しょうゆラーメン 中華丼 カレーライス 揚げ餃子 大豆とひじきの煮物 オクラのごま和え 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 コーンコロッケ ペペロンチーノスパゲッティ フライドポテト かぼちゃサラダ ブロッコリーのツナ和え 生野菜 フルーツ 味噌汁 ビーフコンソメスープ 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 五目オムレツ ボイルウインナー 野菜コロッケ ブロッコリーおかか和え 生野菜 味噌汁 スープ 漬物	昼食 C いか天うどん 山菜ちらし寿司 カレーライス あじの大葉フライ こんにゃくのピリ辛煮 れんこんのゆかり和え 生野菜 フルーツ 汁物 漬物	夕食 C ごはん わかめご飯 大きい肉団子 イカ野菜カツ チンジャオロース風焼きそば フライドポテト 白菜とツナの煮物 青菜のごま和え 生野菜 フルーツ 味噌汁 ひきな汁 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 玉子ロール ハムソテー がんもの煮物 青菜の煮びたし 生野菜 味噌汁 スープ 漬物	昼食 D 味噌ラーメン ビビンバ丼 カレーライス 春巻 ちくわのピリ辛煮 いんげんの梅肉和え 生野菜 フルーツ 汁物 漬物 	夕食 D ごはん、ゆかりご飯 豚肉と野菜の炒め物 白身魚フライ たらこスパゲッティ フライドポテト 大根のうま煮 カリフラワーのツナ和え 生野菜 フルーツ 味噌汁 とろろ昆布汁 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。