

4・5・6月メニュー

国立花山青少年自然の家



メニュー	NO.1	NO.2	NO.3	NO.4	NO.5	NO.6
4月	5・11・17・23・29日	6・12・18・24・30日	1・7・13・19・25日	2・8・14・20・26日	3・9・15・21・27日	4・10・16・22・28日
5月	5・11・17・23・29日	6・12・18・24・30日	1・7・13・19・25・31日	2・8・14・20・26日	3・9・15・21・27日	4・10・16・22・28日
6月	4・10・16・22・28日	5・11・17・23・29日	6・12・18・24・30日	1・7・13・19・25日	2・8・14・20・26日	3・9・15・21・27日
朝食						
おかず	ミートボール	ポイルウィンナー	チキンナゲット	ミートボール	ポイルウィンナー	チキンナゲット
おかず	オムレツ <small>「早寝早起き朝ごはん」 服部幸廣先生監修 ごはんポケットレシピを参考にした おすすめメニュー</small>	厚焼き玉子 <small>「早寝早起き朝ごはん」 服部幸廣先生監修 ごはんポケットレシピを参考にした おすすめメニュー</small>	スクランブルエッグ	オムレツ <small>「早寝早起き朝ごはん」 服部幸廣先生監修 ごはんポケットレシピを参考にした おすすめメニュー</small>	厚焼き玉子 <small>「早寝早起き朝ごはん」 服部幸廣先生監修 ごはんポケットレシピを参考にした おすすめメニュー</small>	スクランブルエッグ
おかず	★野菜ときのこの蒸し和え	★切干大根のソース炒め	ひじき煮	★野菜ときのこの蒸し和え	★切干大根のソース炒め	ひじき煮
汁もの	大根の味噌汁	玉葱の味噌汁	白菜の味噌汁	大根の味噌汁	玉葱の味噌汁	白菜の味噌汁
共通	千切りキャベツ ・ ごはん ・ ふりかけ ・ 納豆 ・ パン ・ いちごジャム					
昼食						
主食	味噌ラーメン	塩だしうどん	醤油ラーメン	あんかけうどん	塩ラーメン	たぬきうどん
主食	カレー	カレー	カレー	カレー	カレー	カレー
おかず	鶏肉の竜田揚げ	白身魚フライ	揚げ餃子	鶏肉の竜田揚げ	白身魚フライ	メンチカツ
おかず	ツナと野菜の炒め	回鍋肉	笹かまぼこのおろしあん <small>地域メニュー</small>	ツナと野菜の炒め	もやしのおぼろ炒め	笹かまぼこのおろしあん <small>地域メニュー</small>
おかず	スパゲティサラダ	ビーンズサラダ	パンプキンサラダ	スパゲティサラダ	ビーンズサラダ	ポテトサラダ
デザート	パイン&みかん缶	杏仁フルーツ	黒糖ゼリー	パイン&みかん缶	杏仁フルーツ	黒糖ゼリー
共通	千切りキャベツ ・ ごはん ・ 漬物					
夕食						
おかず	醤油焼きうどん	ソース焼きそば	ナポリタンパスタ	醤油やきそば	ソース焼きうどん	バジルパスタ
おかず	一口とんかつ	ささみしそ巻きフライ	アジフライ	ハムカツ	フライドチキン	チキンカツ
おかず	野菜とチキンのトマト煮	甘酢肉団子	照焼きハンバーグ	野菜とチキンのトマト煮	甘酢肉団子	デミグラスソースハンバーグ
おかず	フライドポテト（塩味）	筍と菜の花の煮物	フライドポテト（塩味）	フライドポテト（塩味）	筍と菜の花の煮物	フライドポテト（塩味）
おかず	海藻サラダ	マカロニサラダ	花野菜のイタリアンサラダ	海藻サラダ	マカロニサラダ	花野菜のイタリアンサラダ
汁もの	ごぼうの味噌汁	ほうれん草の味噌汁	わかめの味噌汁	ごぼうの味噌汁	ほうれん草の味噌汁	わかめの味噌汁
デザート	ゼリー（ぶどう&りんご）	ブチクレープ（イチゴ）	ミニたい焼き	ゼリー（ぶどう&りんご）	ブチクレープ（イチゴ）	ミニたい焼き
共通	千切りキャベツ ・ ごはん ・ 漬物					

*食材の都合により、メニューを変更させていただく場合がございます。あらかじめご了承くださいませ。