

11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
11月	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・11・17・23・29日
朝食						
おかず	ミートボール トマトソース	ポイルウィンナー	チキンナゲット	ミートボール トマトソース	ポイルウィンナー	チキンナゲット
おかず	オムレツ	スクランブルエッグ 「宇津早起き朝ごはん」 飯部幸徳先生監修 ごはんポケットレシピを参考にした おすすめメニュー	オムレツ	厚焼き玉子	オムレツ 「宇津早起き朝ごはん」 飯部幸徳先生監修 ごはんポケットレシピを参考にした おすすめメニュー	スクランブルエッグ
おかず	きんぴら	切干大根のソース炒め	ひじき煮	きんぴら	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	あんかけ皿うどん	醤油ラーメン	あんかけ皿うどん	塩ラーメン	たぬきうどん
主食	ハヤシライス	カレー	ハヤシライス	カレー	ハヤシライス	カレー
おかず	鶏の唐揚げ	れんこん肉詰めフライ	揚げ餃子	鶏の唐揚げ	ピーマン肉詰めフライ	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 地域メニュー	ツナと野菜の炒め	もやしのそぼろ炒め	笹かまぼこのおろしあん 地域メニュー
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	ゼリー（ぶどう&りんご）	マスカットゼリー	ゼリー（ぶどう&りんご）	マスカットゼリー	ゼリー（ぶどう&りんご）	マスカットゼリー
共通	千切りキャベツ ・ ごはん ・ 漬物					
夕食						
おかず	野菜とビーフンのカレー風味炒め	ソース焼きそば	ナポリタンパスタ	醤油やきそば	野菜とビーフンのカレー風味炒め	梅しそパスタ
おかず	一口とんかつ	ささみしそ巻きフライ	白身魚フライ	ハムカツ	ヒレカツ	チキンカツ
おかず	野菜とチキンのトマト煮	蒸し焼売	照焼きハンバーグ	野菜とチキンのトマト煮	蒸し焼売	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）	塩肉じゃが	フライドポテト（塩味）	フライドポテト（塩味）	塩肉じゃが	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	ミニたい焼き	ブチクレープ（イチゴ）	プリン	ミニたい焼き	ブチクレープ（イチゴ）	プリン
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。