

10・11・12月メニュー



国立立山青少年自然の家



メニュー	NO.1	NO.2	NO.3	NO.4	NO.5	NO.6
10月	4・10・16・22・28日	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
11月	3・9・15・21・27日	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
12月	3・9・15・21・27日	4・10・16・22・28日	5・11・17・23日	6・12・18・24日	1・7・13・19・25日	2・8・14・20・26日
朝食						
おかず	ミートボール	ポイルウィンナー	しゅうまい	ミートボール	ポイルウィンナー	しゅうまい
おかず	オムレツ	厚焼き玉子	オムレツ	厚焼き玉子	オムレツ	厚焼き玉子
おかず	ひじき煮	卵の花	切干大根	ひじき煮	卵の花	切干大根
おかず	スパゲティサラダ	スパゲティサラダ	スパゲティサラダ	スパゲティサラダ	スパゲティサラダ	スパゲティサラダ
汁物	玉葱の味噌汁	ほうれん草の味噌汁	玉葱の味噌汁	ほうれん草の味噌汁	玉葱の味噌汁	ほうれん草の味噌汁
共通	千切りキャベツ ・ ごはん ・ 納豆 ・ ふりかけ ・ パン ・ いちごジャム					
昼食						
主食	地域メニュー とろろ昆布うどん	ハヤシライス	ゆかりご飯	地域メニュー とろろ昆布うどん	大豆ミートのキーマカレー	ゆかりご飯
おかず	ツナと野菜の炒め	チャプチェ	野菜とビーフンのカレー風味炒め	豚入り野菜炒め	味噌チャプチェ	野菜とビーフンの中華炒め
おかず	メンチカツ	コーンフライ	ピーマン肉詰めフライ	かき揚げの甘辛ソース	コーンフライ	チキンナゲット
おかず	和風マーボー茄子	大根のそぼろあん	塩肉じゃが	かぼちゃの煮物	筍と小松菜の煮物	野菜とウィンナーのポトフ
汁物		わかめスープ	わかめスープ		わかめスープ	わかめスープ
デザート	ゼリー（ぶどうorりんご）	ゼリー（ぶどうorりんご）	ゼリー（ぶどうorりんご）	ゼリー（ぶどうorりんご）	ゼリー（ぶどうorりんご）	ゼリー（ぶどうorりんご）
共通	千切りキャベツ ・ サラダトッピング（えだまめ・コーン） ・ ごはん ・ 漬物 ・ ドリンク					
夕食						
おかず	ハンバーグ大根おろしソース	ミートボール トマトソース	一口とんかつ	デミグラスソースハンバーグ	ミートボール トマトソース	揚げギョウザ
おかず	アジフライ	かぼちゃコロッケ	甘酢肉団子	白身魚フライ	ささみしそ巻きフライ	甘酢肉団子
おかず	ジャーマンポテト	白菜のうま煮	きんぴら	ジャーマンポテト	白菜のうま煮	きんぴら
おかず	春雨サラダしそ風味	マカロニサラダ	春雨サラダしそ風味	マカロニサラダ	春雨サラダしそ風味	マカロニサラダ
汁もの	大根の味噌汁	白菜の味噌汁	大根の味噌汁	白菜の味噌汁	大根の味噌汁	白菜の味噌汁
デザート	プリン	プリン	プリン	プリン	プリン	プリン
共通	千切りキャベツ ・ サラダトッピング（海藻ミックス） ・ ごはん ・ 漬物 ・ ふりかけ ・ ドリンク					

*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。

*食堂の利用者数が規定数に満たない場合は、盛付提供に変更させて頂く場合がございます。