1・2・3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
1月	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	5・11・17・23・29日	6・12・18・24・30日
2月	6・12・18・24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日
3月	2・8・14・20・26日	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・31日
朝食						
おかず	ミートボール	ボイルウィンナー	白身魚フライ	ミートボール	ボイルウィンナー	白身魚フライ
おかず	オムレツ	スクランブルエッグ	厚焼き玉子	オムレツ	スクランブルエッグ	厚焼き玉子
おかず	ひじき煮	卯の花	切干大根	ひじき煮	卯の花	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	わかめの味噌汁	玉葱の味噌汁	ほうれん草の味噌汁	わかめの味噌汁	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 ・ 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	五目まぜご飯	地域メニュー とろろ昆布うどん	カレーライス	ツナの混ぜごはん
おかず	豚肉入り野菜炒め	チャプチェ	野菜とビーフンのカレー風味炒め	ツナと野菜の炒め	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	鶏肉の竜田揚げ	コーンフライ	チキンナゲット
おかず	和風マーボー茄子	大根と牛すじの煮物	塩肉じゃが	かぼちゃの煮物	さつま揚げ煮	野菜とウインナーのポトフ
汁物		青菜のすまし汁	わかめスープ		青菜のすまし汁	わかめスープ
デザート	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	パイン&みかん缶
共通	千切りキャベツ ・ サラダトッピング(コーン) ・ ごはん ・ 漬物					
夕食						
おかず	ソース焼きそば	スパゲティナポリタン	塩焼きそば	和風ツナスパゲティ	醤油やきそば	ガーリックパスタ
おかず	デミグラスソースハンバーグ	蒸し焼売	揚げギョウザ	甘酢肉団子	蒸し焼売	一口とんかつ
おかず	アジフライ	栗かぼちゃコロッケ	野菜とチキンのトマト煮	ハムカツ	ささみしそ巻きフライ	野菜とチキンのトマト煮
おかず	さつま芋甘露煮	白菜のうま煮	きんぴら	さつま芋甘露煮	白菜のうま煮	きんぴら
おかず	マカロニサラダ	ポテトサラダ	パンプキンサラダ	マカロニサラダ	ポテトサラダ	パンプキンサラダ
汁もの	大根の味噌汁	ごぼうの味噌汁	白菜の味噌汁	大根の味噌汁	ごぼうの味噌汁	白菜の味噌汁
デザート	プリン	ヨーグルト	ゼリー(ぶどう&りんご)	プリン	ヨーグルト	ゼリー(ぶどう&りんご)
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					

＊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。

＊個数制限を設ける場合がございます。