

7・8・9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
7月	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	5・11・17・23・29日
8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
9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	白身魚フライ	ミートボール	ポイルウィンナー	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	おすすめ 野菜ときのこの蒸し和え	切干大根	ひじき煮	おすすめ 野菜ときのこの蒸し和え	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	コーンライス	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	ツナと野菜の炒め	チャブチェ	野菜とビーフンのカレー風味炒め	豚入り野菜炒め	味噌チャブチェ	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	ゼリー（ぶどう&りんご）	ゼリー（ぶどう&りんご）	ゼリー（ぶどう&りんご）	ゼリー（ぶどう&りんご）	ゼリー（ぶどう&りんご）	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（カリフラワー） ・ 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	醤油焼きそば	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	イワシ青のりフライ	ささみしそ巻きフライ	野菜とチキンのトマト煮
おかず	豚と筍の中華炒め	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	マカロニサラダ	ポテトサラダ	春雨サラダしそ風味	マカロニサラダ	ポテトサラダ	春雨サラダしそ風味
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	プリン	ヨーグルト	プリン	ヨーグルト
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。