



平成29年6月

山口徳地青少年自然の家 献立表



	1 2・7・12・17・22・27	2 3・8・13・18・23・28	3 4・9・14・19・24・29	4 5・10・15・20・25・30	5 1・6・11・16・21・26
朝	白ご飯	白ご飯	白ご飯	白ご飯	白ご飯
	味噌汁(揚げ)	味噌汁(わかめ)	味噌汁(揚げ)	味噌汁(わかめ)	味噌汁(揚げ)
	生野菜	生野菜	生野菜	生野菜	生野菜
	ミックススクランブル	切り干し大根と油揚げの煮物	プレーンオムレツ	ほうれん草スクランブル	和風スクランブル
	ひじきの煮物	きのこスクランブル	さつまあげ	ひじきの煮物	ハムソテー
	焼き鯖	ハムソテー	ベーコンとほうれん草のバター炒め	焼き鯖	切り干し大根と油揚げの煮物
	海藻サラダ	海藻サラダ	海藻サラダ	海藻サラダ	海藻サラダ
	パン・ジャム・マーガリン	パン・ジャム・マーガリン	パン・ジャム・マーガリン	パン・ジャム・マーガリン	パン・ジャム・マーガリン
	納豆・のり・ふりかけ(鰹)	納豆・のり・ふりかけ(たらこ)	納豆・のり・ふりかけ(たまご)	納豆・のり・ふりかけ(鰹)	納豆・のり・ふりかけ(たらこ)
	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳
食	カップ漬け	しば漬け	カップ漬け	しば漬け	カップ漬け
	ウーロン茶、オレンジジュース、アップルジュース	ウーロン茶、オレンジジュース、アップルジュース	ウーロン茶、オレンジジュース、アップルジュース	ウーロン茶、オレンジジュース、アップルジュース	ウーロン茶、オレンジジュース、アップルジュース
	コーヒー	コーヒー	コーヒー	コーヒー	コーヒー
	麦茶・煎茶	麦茶・煎茶	麦茶・煎茶	麦茶・煎茶	麦茶・煎茶
昼	白ご飯	白ご飯	白ご飯	夏野菜カレー	白ご飯
	いりこ菜めし	ハヤシライス	わかめご飯	生野菜	ゆかり
	生野菜	生野菜	生野菜	花野菜のイタリアン和え	生野菜
	花野菜のイタリアン和え	花野菜のイタリアン和え	花野菜のイタリアン和え	貝柱フライ	花野菜のイタリアン和え
	サーモンフライ	アジフライ	春巻(新)	コーンと玉ねぎの炒め	揚げシューマイ
	野菜ともやし炒め物	麻婆春雨	肉じゃが	中華野菜あんかけ	竹輪の野菜の煮物
	豚肉と蓮根の味噌炒め	野菜の洋風煮込み	マカロニとブロッコリーのミートグラ	タラコスパ	ロールキャベツ
	がんも煮物	じゃがいもにんにくおかか和え	麻婆豆腐	かきサラダ	トマトとレタスの鶏肉のグラタン
	ほうれん草胡麻和え	ブロッコリーのピーナッツ和え	オクラの胡麻和え	オニオンスープ	もやしのナムル
	すまし汁	オニオンスープ	すまし汁	福神漬	野菜スープ
食	つぼ漬	福神漬	茄子ピリ辛漬物	ウーロン茶	つぼ漬
	ウーロン茶	ウーロン茶	ウーロン茶	-	ウーロン茶
	J-7・麦茶・煎茶	J-7・麦茶・煎茶	J-7・麦茶・煎茶	J-7・麦茶・煎茶	J-7・麦茶・煎茶
夕	白ご飯	白ご飯	白ご飯	白ご飯	白ご飯
	中華スープ	すまし汁	コンソープ	わかめすまし汁	コンソープ
	生野菜	生野菜	生野菜	生野菜	生野菜
	ナポリタン	味噌焼きうどん	ジャージャー麺	イカとブロッコリーのネギ炒め	焼きそば
	豚肉と小松菜中華炒め	J-ボリと豆腐のすき煮	野菜のトマト煮込み	豚バラ大根	ポトフ
	いんげんマヨネーズ和え	彩野菜の鰹マヨ和え	ポテトサラダ	春雨サラダ	カリフラワーの柚子胡椒サラダ 柚子胡椒マヨサラダ
	白身魚の甘酢あんかけ	牛肉コロッケ	キャベツメンチカツ	チキンカツ	ハンバーグ
	フライドポテト	フライドポテト	フライドポテト	フライドポテト	フライドポテト
	青りんごゼリー	イチゴゼリー	青りんごゼリー	イチゴゼリー	グレープフルーツゼリー
	たくあん	たくあん	たくあん	たくあん	たくあん
食	ウーロン茶	ウーロン茶	ウーロン茶	ウーロン茶	ウーロン茶
	J-7	J-7	J-7	J-7	J-7
	麦茶・煎茶	麦茶・煎茶	麦茶・煎茶	麦茶・煎茶	麦茶・煎茶

※ 食材の入荷状況により一部献立を変更する場合があります。



平成29年7月

山口徳地青少年自然の家 献立表



	1 2・7・12・17・22・27	2 3・8・13・18・23・28	3 4・9・14・19・24・29	4 5・10・15・20・25・30	5 1・6・11・16・21・26・31
朝	白ご飯	白ご飯	白ご飯	白ご飯	白ご飯
	味噌汁(揚げ)	味噌汁(わかめ)	味噌汁(揚げ)	味噌汁(わかめ)	味噌汁(揚げ)
	生野菜	生野菜	生野菜	生野菜	生野菜
	ミックススクランブル	切り干し大根と油揚げの煮物	プレーンオムレツ	ほうれん草スクランブル	和風スクランブル
	ひじきの煮物	きのこスクランブル	さつまあげ	ひじきの煮物	ハムソテー
	焼き鯖	ハムソテー	ベーコンとほうれん草のバター炒め	焼き鯖	切り干し大根と油揚げの煮物
	海藻サラダ	海藻サラダ	海藻サラダ	海藻サラダ	海藻サラダ
	パン・ジャム・マーガリン	パン・ジャム・マーガリン	パン・ジャム・マーガリン	パン・ジャム・マーガリン	パン・ジャム・マーガリン
	納豆・のり・ふりかけ(鰹)	納豆・のり・ふりかけ(たらこ)	納豆・のり・ふりかけ(たまご)	納豆・のり・ふりかけ(鰹)	納豆・のり・ふりかけ(たらこ)
	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳
食	カップ漬け	しば漬け	カップ漬け	しば漬け	カップ漬け
	ウーロン茶、オレンジジュース、アップルジュース	ウーロン茶、オレンジジュース、アップルジュース	ウーロン茶、オレンジジュース、アップルジュース	ウーロン茶、オレンジジュース、アップルジュース	ウーロン茶、オレンジジュース、アップルジュース
	コーヒー	コーヒー	コーヒー	コーヒー	コーヒー
	麦茶・煎茶	麦茶・煎茶	麦茶・煎茶	麦茶・煎茶	麦茶・煎茶
昼	白ご飯	白ご飯	白ご飯	夏野菜カレー	白ご飯
	いりこ菜めし	ハヤシライス	わかめご飯	生野菜	ゆかり
	生野菜	生野菜	生野菜	花野菜のイタリアン和え	生野菜
	花野菜のイタリアン和え	花野菜のイタリアン和え	花野菜のイタリアン和え	貝柱フライ	花野菜のイタリアン和え
	サーモンフライ	アジフライ	春巻(新)	コーンと玉ねぎの炒め	揚げシューマイ
	野菜ともやしの炒め物	麻婆春雨	肉じゃが	中華野菜あんかけ	竹輪の野菜の煮物
	豚肉と蓮根の味噌炒め	野菜の洋風煮込み	マカロニとブロッコリーのミートグラ	タラコスパ	ロールキャベツ
	がんも煮物	じゃがいものにんにくおかか和え	麻婆豆腐	かきサラダ	トマトとレタスの鶏肉のグラタン
	ほうれん草胡麻和え	ブロッコリーのピーナッツ和え	オクラの胡麻和え	オニオンスープ	もやしのナムル
	すまし汁	オニオンスープ	すまし汁	福神漬	野菜スープ
食	つぼ漬	福神漬	茄子ピリ辛漬物	ウーロン茶	つぼ漬
	ウーロン茶	ウーロン茶	ウーロン茶	-	ウーロン茶
	J-7・麦茶・煎茶	J-7・麦茶・煎茶	J-7・麦茶・煎茶	J-7・麦茶・煎茶	J-7・麦茶・煎茶
夕	白ご飯	白ご飯	白ご飯	白ご飯	白ご飯
	中華スープ	すまし汁	コーンスープ	わかめすまし汁	コーンスープ
	生野菜	生野菜	生野菜	生野菜	生野菜
	ナポリタン	味噌焼きうどん	ジャージャー麺	イカとブロッコリーのネギ炒め	焼きそば
	豚肉と小松菜中華炒め	J-ボリと豆腐のすき煮	野菜のトマト煮込み	豚バラ大根	ポトフ
	いんげんマヨネーズ和え	彩野菜の鰹マヨ和え	ポテトサラダ	春雨サラダ	カリフラワーの柚子胡椒サラダ 柚子胡椒マヨサラダ
	白身魚の甘酢あんかけ	牛肉コロッケ	キャベツメンチカツ	チキンカツ	ハンバーグ
	フライドポテト	フライドポテト	フライドポテト	フライドポテト	フライドポテト
	青りんごゼリー	イチゴゼリー	青りんごゼリー	イチゴゼリー	グレープフルーツゼリー
	たくあん	たくあん	たくあん	たくあん	たくあん
食	ウーロン茶	ウーロン茶	ウーロン茶	ウーロン茶	ウーロン茶
	J-7	J-7	J-7	J-7	J-7
	麦茶・煎茶	麦茶・煎茶	麦茶・煎茶	麦茶・煎茶	麦茶・煎茶

※ 食材の入荷状況により一部献立を変更する場合があります。



平成29年8月

山口徳地青少年自然の家 献立表



	1	2	3	4	5
	1・6・11・16・21・26・31	2・7・12・17・22・27	3・8・13・18・23・28	4・9・14・19・24・29	5・10・15・20・25・30
朝	白ご飯	白ご飯	白ご飯	白ご飯	白ご飯
	味噌汁(揚げ)	味噌汁(わかめ)	味噌汁(揚げ)	味噌汁(わかめ)	味噌汁(揚げ)
	生野菜	生野菜	生野菜	生野菜	生野菜
	ミックススクランブル	切り干し大根と油揚げの煮物	プレーンオムレツ	ほうれん草スクランブル	和風スクランブル
	ひじきの煮物	きのこスクランブル	さつまあげ	ひじきの煮物	ハムソテー
	焼き鯖	ハムソテー	ベーコンとほうれん草のバター炒め	焼き鯖	切り干し大根と油揚げの煮物
	海藻サラダ	海藻サラダ	海藻サラダ	海藻サラダ	海藻サラダ
	パン・ジャム・マーガリン	パン・ジャム・マーガリン	パン・ジャム・マーガリン	パン・ジャム・マーガリン	パン・ジャム・マーガリン
	納豆・のり・ふりかけ(鰹)	納豆・のり・ふりかけ(たらこ)	納豆・のり・ふりかけ(たまご)	納豆・のり・ふりかけ(鰹)	納豆・のり・ふりかけ(たらこ)
	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳
食	カップ漬け	しば漬け	カップ漬け	しば漬け	カップ漬け
	ウーロン茶、オレンジジュース、アップルジュース	ウーロン茶、オレンジジュース、アップルジュース	ウーロン茶、オレンジジュース、アップルジュース	ウーロン茶、オレンジジュース、アップルジュース	ウーロン茶、オレンジジュース、アップルジュース
	コーヒー	コーヒー	コーヒー	コーヒー	コーヒー
	麦茶・煎茶	麦茶・煎茶	麦茶・煎茶	麦茶・煎茶	麦茶・煎茶
昼	白ご飯	白ご飯	白ご飯	夏野菜カレー	白ご飯
	いりこ菜めし	ハヤシライス	わかめご飯	生野菜	ゆかり
	生野菜	生野菜	生野菜	花野菜のイタリアン和え	生野菜
	花野菜のイタリアン和え	花野菜のイタリアン和え	花野菜のイタリアン和え	貝柱フライ	花野菜のイタリアン和え
	サーモンフライ	アジフライ	春巻(新)	コーンと玉ねぎの炒め	揚げシューマイ
	野菜ともやしの炒め物	麻婆春雨	肉じゃが	中華野菜あんかけ	竹輪の野菜の煮物
	豚肉と蓮根の味噌炒め	野菜の洋風煮込み	マカロニとブロッコリーのミートグラ	タラコスパ	ロールキャベツ
	がんも煮物	じゃがいものにんにくおかか和え	麻婆豆腐	かきサラダ	トマトとレタスの鶏肉のグラタン
	ほうれん草胡麻和え	ブロッコリーのピーナッツ和え	オクラの胡麻和え	オニオンスープ	もやしのナムル
	すまし汁	オニオンスープ	すまし汁	福神漬	野菜スープ
食	つぼ漬	福神漬	茄子ピリ辛漬物	ウーロン茶	つぼ漬
	ウーロン茶	ウーロン茶	ウーロン茶	-	ウーロン茶
	J-7・麦茶・煎茶	J-7・麦茶・煎茶	J-7・麦茶・煎茶	J-7・麦茶・煎茶	J-7・麦茶・煎茶
夕	白ご飯	白ご飯	白ご飯	白ご飯	白ご飯
	中華スープ	すまし汁	コンソープ	わかめすまし汁	コンソープ
	生野菜	生野菜	生野菜	生野菜	生野菜
	ナポリタン	味噌焼きうどん	ジャージャー麺	イカとブロッコリーのネギ炒め	焼きそば
	豚肉と小松菜中華炒め	J-ボリと豆腐のすき煮	野菜のトマト煮込み	豚バラ大根	ポトフ
	いんげんマヨネーズ和え	彩野菜の鰹マヨ和え	ポテトサラダ	春雨サラダ	カリフラワーの柚子胡椒サラダ 柚子胡椒マヨサラダ
	白身魚の甘酢あんかけ	牛肉コロッケ	キャベツメンチカツ	チキンカツ	ハンバーグ
	フライドポテト	フライドポテト	フライドポテト	フライドポテト	フライドポテト
	青りんごゼリー	イチゴゼリー	青りんごゼリー	イチゴゼリー	グレープフルーツゼリー
	たくあん	たくあん	たくあん	たくあん	たくあん
食	ウーロン茶	ウーロン茶	ウーロン茶	ウーロン茶	ウーロン茶
	J-7	J-7	J-7	J-7	J-7
	麦茶・煎茶	麦茶・煎茶	麦茶・煎茶	麦茶・煎茶	麦茶・煎茶

※ 食材の入荷状況により一部献立を変更する場合があります。