



令和3年5月

山口徳地青少年自然の家 献立表



		1	2	3	4	5
種類		4・9・14・19・24・29	5・10・15・20・25・30	1・6・11・16・21・26・31	2・7・12・17・22・27	3・8・13・18・23・28
朝	主食	白ご飯	白ご飯	白ご飯	白ご飯	白ご飯
		パン	パン	パン	パン	パン
	汁物	みそ汁	みそ汁	みそ汁	みそ汁	みそ汁
	主菜1	スクランブルエッグ	オムレツ	スクランブルエッグ	オムレツ	スクランブルエッグ
	主菜2	ハムソテー	焼き鯖	ハムソテー	焼き鯖	ハムソテー
	副菜1	切り干し大根と油揚げの煮物	ひじきの煮物	ベーコンとほうれん草のバター炒め	切り干し大根と油揚げの煮物	きんぴらごぼう
	副菜2	生野菜	生野菜	生野菜	生野菜	生野菜
	副菜3	つぼ漬	つぼ漬	つぼ漬	つぼ漬	つぼ漬
食	副菜4	納豆・ふりかけ	納豆・ふりかけ	納豆・ふりかけ	納豆・ふりかけ	納豆・ふりかけ
	その他	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
		オレンジジュース、アップルジュース	オレンジジュース、アップルジュース	オレンジジュース、アップルジュース	オレンジジュース、アップルジュース	オレンジジュース、アップルジュース
		ジャム・マガリ	ジャム・マガリ	ジャム・マガリ	ジャム・マガリ	ジャム・マガリ
		コーヒー・麦茶・煎茶	コーヒー・麦茶・煎茶	コーヒー・麦茶・煎茶	コーヒー・麦茶・煎茶	コーヒー・麦茶・煎茶
昼	主食1	白ご飯	白ご飯	白ご飯	白ご飯	白ご飯
	主食2		ハヤシライス		ポークカレー	
	汁物	ほうとう風うどん	中華わかめスープ	野菜ラーメン	オニオンスープ	キムチうどん
	主菜1	アジフライ	チキンカツ	豚キムチ野菜炒め	牛肉コロッケ	いろいろフライ
	主菜2	フライドポテト		いろいろフライ		揚げしゅうまい
	副菜2	生野菜	生野菜	生野菜	生野菜	生野菜
	副菜3	つぼ漬	福神漬け	つぼ漬	福神漬け	つぼ漬
	副菜4	春雨サラダ	ほうれん草のごま和えサラダ	菜の花のお浸し	もやしのねぎボン酢	ひじきオクラ和え
その他	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	
	コーヒー・麦茶・煎茶	コーヒー・麦茶・煎茶	コーヒー・麦茶・煎茶	コーヒー・麦茶・煎茶	コーヒー・麦茶・煎茶	
夕	主食1	白ご飯	白ご飯	白ご飯	白ご飯	白ご飯
	汁物	中華野菜スープ	ベーコンと野菜のスープ	コーンスープ	中華わかめスープ	すまし汁
	主菜1	いろいろフライ	いろいろフライ	洋風ハンバーグ	いろいろフライ	和風ハンバーグ
	主菜2	彩りパペロンチーノ	大豆ミートの酢豚風	ナポリタン	豆腐と豚肉の八宝菜風	大豆ミートのチキンチキンゴボウ風
	副菜1	生野菜・つぼ漬け	生野菜・つぼ漬け	生野菜・つぼ漬け	生野菜・つぼ漬け	生野菜・つぼ漬け
	副菜2	白和え	ポテトサラダ	青菜と竹輪の胡麻サラダ	ゆとブロックリーのサラダ	もやしのナムル
	デザート	ゼリー	ゼリー	ゼリー	ゼリー	ゼリー
	その他	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
コーヒー・麦茶・煎茶		コーヒー・麦茶・煎茶	コーヒー・麦茶・煎茶	コーヒー・麦茶・煎茶	コーヒー・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。



令和3年6月

山口徳地青少年自然の家 献立表



		1	2	3	4	5
種類		3・8・13・18・23・28	4・9・14・19・24・29	5・10・15・20・25・30	1・6・11・16・21・26	2・7・12・17・22・27
朝	主食	白ご飯	白ご飯	白ご飯	白ご飯	白ご飯
		パン	パン	パン	パン	パン
	汁物	みそ汁	みそ汁	みそ汁	みそ汁	みそ汁
	主菜1	スクランブルエッグ	オムレツ	スクランブルエッグ	オムレツ	スクランブルエッグ
	主菜2	ハムソテー	焼き鯖	ハムソテー	焼き鯖	ハムソテー
	副菜1	切り干し大根と油揚げの煮物	ひじきの煮物	ベーコンとほうれん草のバター炒め	切り干し大根と油揚げの煮物	きんぴらごぼう
	副菜2	生野菜	生野菜	生野菜	生野菜	生野菜
	副菜3	つぼ漬	つぼ漬	つぼ漬	つぼ漬	つぼ漬
食	副菜4	納豆・ふりかけ	納豆・ふりかけ	納豆・ふりかけ	納豆・ふりかけ	納豆・ふりかけ
	その他	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
		オレンジジュース、アップルジュース	オレンジジュース、アップルジュース	オレンジジュース、アップルジュース	オレンジジュース、アップルジュース	オレンジジュース、アップルジュース
		ジャム・マガリ	ジャム・マガリ	ジャム・マガリ	ジャム・マガリ	ジャム・マガリ
		コーヒー・麦茶・煎茶	コーヒー・麦茶・煎茶	コーヒー・麦茶・煎茶	コーヒー・麦茶・煎茶	コーヒー・麦茶・煎茶
昼	主食1	白ご飯	白ご飯	白ご飯	白ご飯	白ご飯
	主食2		ハヤシライス		ポークカレー	
	汁物	ほうとう風うどん	中華わかめスープ	野菜ラーメン	オニオンスープ	キムチうどん
	主菜1	アジフライ	チキンカツ	豚キムチ野菜炒め	牛肉コロッケ	いろいろフライ
	主菜2	フライドポテト		いろいろフライ		揚げしゅうまい
	副菜2	生野菜	生野菜	生野菜	生野菜	生野菜
	副菜3	つぼ漬	福神漬け	つぼ漬	福神漬け	つぼ漬
	副菜4	春雨サラダ	ほうれん草のごま和えサラダ	菜の花のお浸し	もやしのおねぎボン酢	ひじきオクラ和え
その他	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	
	コーヒー・麦茶・煎茶	コーヒー・麦茶・煎茶	コーヒー・麦茶・煎茶	コーヒー・麦茶・煎茶	コーヒー・麦茶・煎茶	
夕	主食1	白ご飯	白ご飯	白ご飯	白ご飯	白ご飯
	汁物	中華野菜スープ	ベーコンと野菜のスープ	コーンスープ	中華わかめスープ	すまし汁
	主菜1	いろいろフライ	いろいろフライ	洋風ハンバーグ	いろいろフライ	和風ハンバーグ
	主菜2	彩りパペロンチーノ	大豆ミートの酢豚風	ナポリタン	豆腐と豚肉の八宝菜風	大豆ミートのチキンチキンゴボウ風
	副菜1	生野菜・つぼ漬け	生野菜・つぼ漬け	生野菜・つぼ漬け	生野菜・つぼ漬け	生野菜・つぼ漬け
	副菜2	白和え	ポテトサラダ	青菜と竹輪の胡麻サラダ	ゆとブロックリーのサラダ	もやしのナムル
	デザート	ゼリー	ゼリー	ゼリー	ゼリー	ゼリー
	その他	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
コーヒー・麦茶・煎茶		コーヒー・麦茶・煎茶	コーヒー・麦茶・煎茶	コーヒー・麦茶・煎茶	コーヒー・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。



令和3年7月

山口徳地青少年自然の家 献立表



		1	2	3	4	5
種類		3・8・13・18・23・28	4・9・14・19・24・29	5・10・15・20・25・30	1・6・11・16・21・26・31	2・7・12・17・22・27
朝	主食	白ご飯	白ご飯	白ご飯	白ご飯	白ご飯
		パン	パン	パン	パン	パン
	汁物	みそ汁	みそ汁	みそ汁	みそ汁	みそ汁
	主菜1	スクランブルエッグ	オムレツ	スクランブルエッグ	オムレツ	スクランブルエッグ
	主菜2	ハムソテー	焼き鯖	ハムソテー	焼き鯖	ハムソテー
	副菜1	切り干し大根と油揚げの煮物	ひじきの煮物	ベーコンとほうれん草のバター炒め	切り干し大根と油揚げの煮物	きんぴらごぼう
	副菜2	生野菜	生野菜	生野菜	生野菜	生野菜
	副菜3	つぼ漬	つぼ漬	つぼ漬	つぼ漬	つぼ漬
食	副菜4	納豆・ふりかけ	納豆・ふりかけ	納豆・ふりかけ	納豆・ふりかけ	納豆・ふりかけ
	その他	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
		オレンジジュース、アップルジュース	オレンジジュース、アップルジュース	オレンジジュース、アップルジュース	オレンジジュース、アップルジュース	オレンジジュース、アップルジュース
		ジャム・マガリ	ジャム・マガリ	ジャム・マガリ	ジャム・マガリ	ジャム・マガリ
		コーヒー・麦茶・煎茶	コーヒー・麦茶・煎茶	コーヒー・麦茶・煎茶	コーヒー・麦茶・煎茶	コーヒー・麦茶・煎茶
昼	主食1	白ご飯	白ご飯	白ご飯	白ご飯	白ご飯
	主食2		ハヤシライス		ポークカレー	
	汁物	ほうとう風うどん	中華わかめスープ	野菜ラーメン	オニオンスープ	キムチうどん
	主菜1	アジフライ	チキンカツ	豚キムチ野菜炒め	牛肉コロッケ	いろいろフライ
	主菜2	フライドポテト		いろいろフライ		揚げしゅうまい
	副菜2	生野菜	生野菜	生野菜	生野菜	生野菜
	副菜3	つぼ漬	福神漬け	つぼ漬	福神漬け	つぼ漬
	副菜4	春雨サラダ	ほうれん草のごま和えサラダ	菜の花のお浸し	もやしのおねぎボン酢	ひじきオクラ和え
食	その他	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
	コーヒー・麦茶・煎茶	コーヒー・麦茶・煎茶	コーヒー・麦茶・煎茶	コーヒー・麦茶・煎茶	コーヒー・麦茶・煎茶	コーヒー・麦茶・煎茶
夕	主食1	白ご飯	白ご飯	白ご飯	白ご飯	白ご飯
	汁物	中華野菜スープ	ベーコンと野菜のスープ	コーンスープ	中華わかめスープ	すまし汁
	主菜1	いろいろフライ	いろいろフライ	洋風ハンバーグ	いろいろフライ	和風ハンバーグ
	主菜2	彩りパペロンチーノ	大豆ミートの酢豚風	ナポリタン	豆腐と豚肉の八宝菜風	大豆ミートのチキンチキンゴボウ風
	副菜1	生野菜・つぼ漬け	生野菜・つぼ漬け	生野菜・つぼ漬け	生野菜・つぼ漬け	生野菜・つぼ漬け
	副菜2	白和え	ポテトサラダ	青菜と竹輪の胡麻サラダ	ゆとブロッコリーのサラダ	もやしのナムル
	デザート	ゼリー	ゼリー	ゼリー	ゼリー	ゼリー
	食	その他	ウーロン茶	ウーロン茶	ウーロン茶	ウーロン茶
コーヒー・麦茶・煎茶	コーヒー・麦茶・煎茶	コーヒー・麦茶・煎茶	コーヒー・麦茶・煎茶	コーヒー・麦茶・煎茶	コーヒー・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。