

食堂メニュー

国立山口徳地青少年自然の家



	NO.1	NO.2	NO.3	NO.4	NO.5
9月	1日・6日・11日・16日・21日・26日	2日・7日・12日・17日・22日・27日	3日・8日・13日・18日・23日・28日	4日・9日・14日・19日・24日・29日	5日・10日・15日・20日・25日・30日
朝食					
主食1	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯
主食2	食パン	食パン	食パン	食パン	食パン
汁物	味噌汁	味噌汁	味噌汁	味噌汁	味噌汁
主菜1	オムレツ	スクランブルエッグ	ミートボール	鯖の塩焼	ミートボール
主菜2	ウインナー	ハム	ベーコン	ハム	ベーコン
副菜1	もやしの胡麻和え	切干大根煮	ひじき煮	切干大根煮	ひじき煮
副菜2	野菜サラダ	野菜サラダ	野菜サラダ	野菜サラダ	野菜サラダ
共通	日替わり（マーガリン・いちごジャム）・日替わり（ふりかけ（かつお）・納豆）日替わり漬物・ドレッシング・ドリンク（煎茶・麦茶・コーヒー・オレンジジュース・りんごジュース）				
昼食					
主食1	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯
主食2	 焼きそば	 冷やしうどん	 キーマカレー	 豚しゃぶ冷製パスタ	 冷やし中華
主菜1	チキンカツ	メンチカツ	コーンフライ	肉コロッケ	メンチカツ
主菜2	きくらげの中華スープ	麩ときのこのすまし汁	 トマトのスープ	たまごスープ	わかめスープ
副菜1	野菜のゆず味噌	インゲンの胡麻和え	南瓜サラダ	厚揚げと野菜の煮物	切干大根
副菜2	野菜サラダ	野菜サラダ	野菜サラダ	野菜サラダ	野菜サラダ
共通	日替わり漬物・ドレッシング・ドリンク（煎茶・麦茶・コーヒー）				
夕食					
主食1	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯
汁物	コンソメジュリアン	オニオンスープ	わかめスープ	野菜スープ	豆腐のすまし汁
主菜1	グリルチキントマトソース	照焼ハンバーグ	 チキンチキンごぼう	おろしハンバーグ	 豚焼肉
主菜2	コーンフライ	白身魚フライ	しゅうまい	白身魚フライ	ポテトフライ
副菜1	切干大根の梅マヨネーズ	もやしボン酢	春雨の和え物	オクラの胡麻和え	 枝豆と春雨の中華サラダ
副菜2	野菜サラダ	野菜サラダ	野菜サラダ	野菜サラダ	野菜サラダ
デザート	青りんごゼリー	ストロベリーゼリー	グレープフルーツゼリー	青りんごゼリー	ストロベリーゼリー
共通	日替わり漬物・ドレッシング・ドリンク（煎茶・麦茶・コーヒー）				

*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。