

コロナウイルス感染防止のため、以下の点ご協力をお願いします。

- ・ソーシャルディスタンスのため、食堂の座席数を減らしています。

食堂ホール140席 ふれあいホール24席（×印の椅子は使用しないでください）

椅子の移動はご遠慮下さい。

- ・おかわりの際は、必ず新しいお皿に交換してください。おかわり用の食器コーナーを設置しています。



5.6月のメニュー表

国立若狭湾青少年自然の家



| | | No1 | No2 | No3 |
|-------|-----------------------------|---|-------------------------------------|-------------------------------------|
| 日付 | 5月 | 1. 4. 7. 10. 13. 16. 19. 22. 25. 28. 31 | 2. 5. 8. 11. 14. 17. 20. 23. 26. 29 | 3. 6. 9. 12. 15. 18. 21. 24. 27. 30 |
| | 6月 | 3. 6. 9. 12. 15. 18. 21. 24. 27. 30 | 1. 4. 7. 10. 13. 16. 19. 22. 25. 28 | 2. 5. 8. 11. 14. 17. 20. 23. 26. 29 |
| 朝 | 主食1 | ご飯 国産コシヒカリブレンド | ご飯 国産コシヒカリブレンド | ご飯 国産コシヒカリブレンド |
| | 主食2 | 食パン・ロールパン | 食パン | 食パン |
| | 主食3 | コーンフレーク | お粥 | コーンフレーク |
| | 汁物 | 味噌汁 | 味噌汁 | 味噌汁 |
| | 主菜1 | ポイルウインナー | ミニコロッケ | 厚焼き玉子 |
| | 主菜2 | オムレツ | スクランブルエッグ | フライドポテト (のり塩) |
| | 副菜1 | 鯖塩焼き | 鯖塩焼き | 鯖塩焼き |
| | 副菜2 | 納豆 | 納豆 | 納豆 |
| | サラダ1 | コールスロー | コールスロー | コールスロー |
| | サラダ2 | ポテトサラダ | マカロニサラダ | スパゲッティサラダ |
| | サラダ3 | ワカメ | ワカメ | ワカメ |
| 漬け物 | 漬け物・小梅 | 漬け物・小梅 | 漬け物・小梅 | |
| その他 | ふりかけ ジャム・マーガリン | ふりかけ ジャム・マーガリン | ふりかけ ジャム・マーガリン | |
| 飲み物 | オレンジジュース・メロンソーダ・烏龍茶・牛乳・コーヒー | オレンジジュース・メロンソーダ・烏龍茶・牛乳・コーヒー | オレンジジュース・メロンソーダ・烏龍茶・牛乳・コーヒー | |
| 昼 | 主食1 | ご飯 国産コシヒカリブレンド | ご飯 国産コシヒカリブレンド | ご飯 国産コシヒカリブレンド |
| | 主食2 | 味噌ラーメン | ゴマわかめうどん | 醤油ラーメン |
| | 主食3 | タマゴ雑炊 | 中華雑炊 | めかぶ雑炊 |
| | 主菜1 | アジフライ | サバカレーカツ | イカリングフライ |
| | 主菜2 | 肉団子酢豚風 | 蒸しシュウマイ | もやしとニンニクの芽の炒め物 |
| | 副菜1 | ペンネケチャップソース | 回鍋肉 | ごぼう巻き煮 |
| | 副菜2 | なすの大豆そぼろ煮 | ウインナーコンソメ煮 | かぼちゃ煮物 |
| | サラダ1 | コールスロー | コールスロー | コールスロー |
| | サラダ2 | エンドウ | エンドウ | エンドウ |
| | サラダ3 | 豆苗 | キャロットジュリアン | キャロットジュリアン |
| | 漬け物 | 漬け物 若狭梅干 | 漬け物 若狭梅干 | 漬け物 若狭梅干 |
| デザート | フルーツ (バナナ) | フルーツ (グレープフルーツ) | フルーツ (グレープフルーツ) | |
| 飲み物 | オレンジジュース・メロンソーダ・烏龍茶・牛乳・コーヒー | オレンジジュース・メロンソーダ・烏龍茶・牛乳・コーヒー | オレンジジュース・メロンソーダ・烏龍茶・牛乳・コーヒー | |
| 夕 | 主食1 | ご飯 国産コシヒカリブレンド | ご飯 国産コシヒカリブレンド | ご飯 国産コシヒカリブレンド |
| | 主食2 | へしこスパゲティ | 菜の花スパゲティ | 焼きそば風スパゲティ |
| | 主食3 | 大豆ミンチカレー | チキンカレー | ポークシチュー(ブラウン) |
| | 汁物 | きのこスープ | 卵スープ | 中華スープ |
| | 主菜1 | チキンカツ | ハンバーグケチャップソース | 鶏肉から揚げ油淋鶏 |
| | 副菜1 | 高野豆腐の煮物 | 揚げ餃子 | 肉団子の和風ポトフ風 |
| | 副菜2 | ポテトフライ | インゲンとこんにゃくきんぴら煮 | ビック肉シュウマイ |
| | 副菜2 | 菜の花塩昆布和え | オクラの胡麻和え | いんげんのカツオ和え |
| | サラダ1 | カーネルコーン | カーネルコーン | カーネルコーン |
| | サラダ2 | コールスロー | コールスロー | コールスロー |
| | サラダ3 | ブロッコリー | トマト | ブロッコリー |
| 漬け物 | 福神漬 らっきょ | 福神漬 らっきょ | 福神漬 らっきょ | |
| デザート1 | 手作りブドウ苺ゼリーorオレンジ苺ゼリー | 手作りブドウ苺ゼリーorオレンジ苺ゼリー | 手作りブドウ苺ゼリーorオレンジ苺ゼリー | |
| 飲み物 | オレンジジュース・メロンソーダ・烏龍茶・コーヒー | オレンジジュース・メロンソーダ・烏龍茶・コーヒー | オレンジジュース・メロンソーダ・烏龍茶・コーヒー | |

※メニューには食物アレルギー（卵・大豆・乳製品・小麦など）を含む食品も使用しております。
アレルギー等の問合せ等は、事前に食堂へご相談ください。

TEL 0770-54-3345
FAX 0770-54-3412
コンパスグループ・ジャパン(株)若狭湾店