

3・4・5・6月メニュー表

国立若狭湾青少年自然の家

若狭湾	NO.1		NO.2		NO.3	
	3月	3・6・9・12・15・18・21・24・27・30	1・4・7・10・13・16・19・22・25・28・31		2・5・8・11・14・17・20・23・26・29	
	4月	2・5・8・11・14・17・20・23・26・29	3・6・9・12・15・18・21・24・27・30		1・4・7・10・13・16・19・22・25・28	
	5月	2・5・8・11・14・17・20・23・26・29	3・6・9・12・15・18・21・24・27・30		1・4・7・10・13・16・19・22・25・28・31	
	6月	1・4・7・10・13・16・19・22・25・28	2・5・8・11・14・17・20・23・26・29		3・6・9・12・15・18・21・24・27・30	
朝食						
おかず	★蒸し焼売		★ボイルウィンナー		★甘酢肉団子	
おかず	スクランブルエッグ		スクランブルエッグ		スクランブルエッグ	
おかず	ひじき煮		切干大根のソース炒め		きんぴら	
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	
汁物	玉葱の味噌汁		わかめの味噌汁		大根の味噌汁	
共通	千切りキャベツ・サラダトッピング（ビーンズミックス）・ごはん・ゆかり・納豆・さくら漬け・食パン・いちごジャム・牛乳・ドリンクサーバー					
昼食						
種類	★塩ラーメン		★醤油ラーメン		★わかめうどん	
主食	ツナの混ぜごはん		ひじきご飯		菜めし	
おかず	★メンチカツ		★白身魚フライ		★かき揚げの甘辛ソース	
おかず	もやしのそぼろ炒め		青菜のお浸し		ポテトのミートソース焼き	
おかず	かぼちゃの煮物		ツナと野菜の炒め		キャベツのペペロンソテー	
おかず	マカロニサラダ		マカロニサラダ		マカロニサラダ	
デザート	★ゼリー（ぶどう&りんご）		黒糖ゼリー		★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（ブロッコリー）・　ごはん　・　つぼ漬け　・　若狭梅干し　・　ドリンクサーバー					
夕食						
主食	カレーライス		ハヤシライス		和風マーボー茄子あんかけご飯	
おかず	ソース焼きそば		へしこスパゲティ		スパゲティナポリタン	
おかず	★フライドチキン		★照焼きハンバーグ		★揚げギョウザ	
おかず	豚肉入り野菜炒め		フライドポテト（塩味）		★ミートボール	
おかず	卵の花		大根のそぼろあん		筍と菜の花の煮物	
おかず	ポテトサラダ		ポテトサラダ		ポテトサラダ	
汁物	青菜のすまし汁		わかめの味噌汁		ごぼうの味噌汁	
デザート	★ヨーグルト（ナタデココ）		★ヨーグルト（ナタデココ）		★プリン	
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　・　つぼ漬け　・　さくら漬け　・　ドリンクサーバー					

*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。

*ご利用日の食堂の利用者数が10名~20名の場合は、盛付提供に変更させていただきます。

*★マークのメニューは個数制限がございます。