

3・4・5・6月メニュー表

国立若狭湾青少年自然の家

| | | NO.1 | NO.2 | NO.3 |
|-----------|--|----------------------------|--|-------------------------------|
| 若狭湾 | 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 | 服部幸應先生監修 早寝早起き朝ごはん ポケトレシピを参考にした おすすめメニュー | 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 | | | | |
| 麺類 | ★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 | ヘシコスパゲティ | 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頂きます。

*★マークのメニューは個数制限がございます。