

10・11・12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	
	10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	
	11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	
	12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	
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（海藻ミックス）・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		鶏そぼろの混ぜごはん		枝豆ごはん	
おかず	★メンチカツ		★揚げギョウザ		★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		豚入り野菜炒め	
おかず	ポテトサラダ		ポテトサラダ		ポテトサラダ	
デザート	黒糖ゼリー		黒糖ゼリー		黒糖ゼリー	
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		カレーライス		豚あんかけ丼	
おかず	バジルパスタ		へしこパスタ		ナポリタンパスタ	
おかず	★鶏の唐揚げ		★照焼きハンバーグ		★ヒレカツ	
おかず	★ミートボール トマトソース		フライドポテト（塩味）		キャベツのペペロンソテー	
おかず	大根のそぼろあん		塩肉じゃが		卵の花	
おかず	春雨サラダしそ風味		春雨サラダしそ風味		春雨サラダしそ風味	
汁物	青菜のすまし汁		トマトスープ		コーン入り中華スープ	
デザート	台湾レモンゼリー		抹茶ゼリー		★プチクレープ（イチゴ）	
共通	千切りキャベツ ・ サラダトッピング（ヤングコーン）・ 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10～20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。