

4・5・6月メニュー



国立妙高青少年自然の家



	NO.1	NO.2	NO.3	NO.4	NO.5	NO.6
妙高	4月(2. 8. 14. 20. 26)	4月(3. 9. 15. 21. 27)	4月(4. 10. 16. 22. 28)	4月(5. 11. 17. 23. 29)	4月(6. 12. 18. 24. 30)	4月(1. 7. 13. 19. 25)
	5月(2. 8. 14. 20. 26)	5月(3. 9. 15. 21. 27)	5月(4. 10. 16. 22. 28)	5月(5. 11. 17. 23. 29)	5月(6. 12. 18. 24. 30)	5月(1. 7. 13. 19. 25. 31)
	6月(1. 7. 13. 19. 25)	6月(2. 8. 14. 20. 26)	6月(3. 9. 15. 21. 27)	6月(4. 10. 16. 22. 28)	6月(5. 11. 17. 23. 29)	6月(6. 12. 18. 24. 30)
朝食						
おかず	蒸し焼売	チキンナゲット	ポイルウィンナー	蒸し焼売	チキンナゲット	ポイルウィンナー
おかず	オムレツ	さつま揚げ煮	スクランブルエッグ	オムレツ	さつま揚げ煮	スクランブルエッグ
おかず	★切干大根のソース炒め	ひじき煮	卵の花	★切干大根のソース炒め	ひじき煮	卵の花
汁物	味噌汁	味噌汁	味噌汁	味噌汁	味噌汁	味噌汁
共通	ごはん ・ パン ・ 漬物 ・ コールスロー ・ 納豆 ・ ジャム ・ ドリンクサーバー ・ 牛乳 ・ コーヒー					
昼食						
麺類	醤油ラーメン	塩だしうどん	豚汁ラーメン	たぬきうどん	醤油ラーメン	塩だしうどん
おかず	フライドチキン	コーンフライ	揚げ餃子	フライドチキン	コーンフライ	揚げ餃子
おかず	ジャーマンポテト	野菜とソーセージの炒め	筍と菜の花の煮物	ジャーマンポテト	野菜とソーセージの炒め	筍と菜の花の煮物
おかず	もやしの香味和え	青菜のお浸し	花野菜のイタリアンサラダ	もやしの香味和え	青菜のお浸し	花野菜のイタリアンサラダ
汁物	味噌汁	味噌汁	味噌汁	味噌汁	味噌汁	味噌汁
デザート	ぶどうゼリー	みかんゼリー	りんごゼリー	ぶどうゼリー	みかんゼリー	りんごゼリー
共通	ごはん ・ 漬物 ・ コールスロー ・ サラダトッピング(枝豆またはコーン) ・ ドリンクサーバー ・ コーヒー					
夕食						
主食	カレーライス	菜めし	ハヤシライス	カレーライス	五目まぜご飯	ハヤシライス
おかず	ソース焼きそば	あんかけ皿うどん	和風ツナスパゲティ	醤油やきそば	チャプチェ	バジルパスタ
おかず	ハムカツ	鶏肉の竜田揚げ	白身魚フライ	一口とんかつ	鶏肉の竜田揚げ	イワシ青のりフライ
おかず	大根のそぼろあん	塩肉じゃが	甘酢肉団子	大根のそぼろあん	塩肉じゃが	甘酢肉団子
おかず	ポテトサラダ	マカロニサラダ	ポテトサラダ	マカロニサラダ	ポテトサラダ	マカロニサラダ
汁物	味噌汁	味噌汁	味噌汁	味噌汁	味噌汁	味噌汁
デザート	プリン	クレープ(チョコまたはイチゴ)	ミニたい焼き	プリン	クレープ(チョコまたはイチゴ)	ミニたい焼き
共通	ごはん ・ 漬物 ・ コールスロー ・ 海藻ミックス ・ ドリンクサーバー ・ 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。

*ご利用日の食堂の利用者数が規定数に満たない場合は、提供方法を変更させて頂く場合がございます。

*個数制限のあるメニューがございます。