

平成30年 2月 献立予定表

今月のテーマ：雪大好き妙高

国立妙高青少年自然の家食堂

		1日、7日、13日、19日、25日	2日、8日、14日、20日、26日	3日、9日、15日、21日、27日
朝食	主食	ご飯 お粥 パン コーンフレーク	ご飯 お粥 パン コーンフレーク	ご飯 お粥 パン コーンフレーク
	玉子料理	チキントマトオムレツ	スクランブルエッグ	ミートオムレツ
	肉料理・揚げ物	ミニ牛肉コロッケ	シューマイ	ウインナー
	魚料理・炒め物	さんま塩焼き	しそ昆布	あじ塩焼き
	煮物	がんも煮	金平ごぼう	里芋煮
	サラダ	5品目野菜サラダ 日替わりサラダ(1) 日替わりサラダ(2)	5品目野菜サラダ 日替わりサラダ(1) 日替わりサラダ(2)	5品目野菜サラダ 日替わりサラダ(1) 日替わりサラダ(2)
	デザート	フルーツヨーグルト	フルーツヨーグルト	フルーツヨーグルト
	飲み物	みそ汁 牛乳 ジュース ウーロン茶 コーヒー	みそ汁 牛乳 ジュース ウーロン茶 コーヒー	みそ汁 牛乳 ジュース ウーロン茶 コーヒー
その他	梅干 味付けのり 納豆	梅干 味付けのり 納豆	梅干 味付けのり 納豆	
昼食	主食	トマ豚丼 カレーライス(甘口・辛口・日替わり) 豚汁ラーメン うどん	華麗舞チャーハン カレーライス(甘口・辛口・日替わり) 塩メンマラーメン そば	カツ丼 カレーライス(甘口・辛口・日替わり) ワンタンメン うどん
	肉料理・揚げ物	ミニ春巻き	メンチカツ	ロールキャベツ
	魚料理	にしん昆布巻 クリームポテト	マス塩焼き かぼちやあんかけ	白身魚フライ 星オムレツ
	煮物・炒め物	車ふ煮	雪蔵白菜和え	刻み昆布煮
	サラダ	ミニ豆腐 5品目野菜サラダ サラダバー① サラダバー② スパゲッティーサラダ	ミニ豆腐 5品目野菜サラダ サラダバー① サラダバー② ポテトサラダ	ミニ豆腐 5品目野菜サラダ サラダバー① サラダバー② マカロニサラダ
	デザート	フルーツ	フルーツ	フルーツ
	汁もの	みそ汁	みそ汁	みそ汁
	飲み物	牛乳 ジュース ウーロン茶 コーヒー	牛乳 ジュース ウーロン茶 コーヒー	牛乳 ジュース ウーロン茶 コーヒー
	その他	漬け物 福神漬	漬け物 福神漬	漬け物 福神漬
	夕食	主食	ご飯 醤油ラーメン	ご飯 白湯ラーメン
肉料理・揚げ物		ポテトフライ とんかつ 豚肉中華和え	ポテトフライ コロッケ ハンバーグ	ポテトフライ ハムエッグフライ チキングリル
魚料理			わかさぎマリネ	
煮物・炒め物		ほうれん草コーン炒め ぜんまい煮	おからクリーミーサラダ ホワイトカレー	黒花豆 雪蔵大根田楽
サラダ		マーボー豆腐 ナポリタンスパゲッティー 5品目野菜サラダ サラダバー① サラダバー②	焼きそば 5品目野菜サラダ サラダバー① サラダバー②	すき焼き風煮 ジンジャースパゲッティー 5品目野菜サラダ サラダバー① サラダバー②
デザート		フルーツ	フルーツ	フルーツ
汁もの		みそ汁	みそ汁	みそ汁
飲み物		ジュース ウーロン茶 コーヒー	ジュース ウーロン茶 コーヒー	ジュース ウーロン茶 コーヒー
その他		漬け物	漬け物	漬け物

- * メニューによっては、仕入れの都合により、一部変更になる場合がありますが、ご了承ください。
- * 7大アレルギーの表示はしていませんが、アレルギー対応につきましてはご連絡ください。
- * 赤色のメニューは、おすすめ料理です。
- * オレンジ色のメニューは、旬の食材を使用しています。
- * 青色のメニューは、郷土料理です。

平成30年 2月 献立予定表

今月のテーマ: 雪大好き妙高

国立妙高青少年自然の家食堂

		4日、10日、16日、22日、28日	5日、11日、17日、23日	6日、12日、18日、24日
朝食	主食	ご飯 お粥 パン コーンフレーク	ご飯 お粥 パン コーンフレーク	ご飯 お粥 パン コーンフレーク
	玉子料理	ミニふんわりオムレツ	ハートオムレツ	厚焼玉子
	肉料理・揚げ物	コロッケ	春巻き	ミニ野菜コロッケ
	魚料理・炒め物	さわら西京焼きorブリ照り焼き	しそ昆布	さば塩焼き
	煮物物	がんも煮	ごぼう天煮	里芋煮
	サラダ	5品目野菜サラダ 日替わりサラダ(1) 日替わりサラダ(2)	5品目野菜サラダ 日替わりサラダ(1) 日替わりサラダ(2)	5品目野菜サラダ 日替わりサラダ(1) 日替わりサラダ(2)
	デザート	フルーツヨーグルト	フルーツヨーグルト	フルーツヨーグルト
	飲み物	みそ汁 牛乳 ジュース ウーロン茶 コーヒー	みそ汁 牛乳 ジュース ウーロン茶 コーヒー	みそ汁 牛乳 ジュース ウーロン茶 コーヒー
その他	梅干 味付けのり 納豆	梅干 味付けのり 納豆	梅干 味付けのり 納豆	
昼食	主食	トマトピラフ カレーライス(甘口・辛口・日替わり) 豚汁ラーメン そば	雪国親子丼 カレーライス(甘口・辛口・日替わり) 塩メンマラーメン うどん	中華丼 カレーライス(甘口・辛口・日替わり) ワンタンメン そば
	肉料理・揚げ物	れんこん肉詰めフライ	コロッケ	シューマイピリ辛あん
	魚料理	サンマレモンマリネ		
	煮物・炒め物	春雨炒め 車ふ煮	畑のしぐれ煮 三色信田煮 雪蔵白菜和え	じゃがトマト煮 雪ん子グラタン
	サラダ	ミニ豆腐 5品目野菜サラダ サラダバー① サラダバー② スパゲッティーサラダ	ミニ豆腐 5品目野菜サラダ サラダバー① サラダバー② ポテトサラダ	ミニ豆腐 5品目野菜サラダ サラダバー① サラダバー② マカロニサラダ
	デザート	フルーツ	フルーツ	フルーツ
	汁もの	みそ汁	みそ汁	みそ汁
	飲み物	牛乳 ジュース ウーロン茶 コーヒー	牛乳 ジュース ウーロン茶 コーヒー	牛乳 ジュース ウーロン茶 コーヒー
	その他	漬け物 福神漬	漬け物 福神漬	漬け物 福神漬
	夕食	主食	ご飯 醤油ラーメン	ご飯 白湯ラーメン
肉料理・揚げ物		ポテトフライ ささみチーズカツ 牛肉炒め	ポテトフライ エビカツ ハンバーグ	ポテトフライ ハムカツ ミートボール
魚料理		厚揚げ淡雪あん		金平ごぼう
煮物・炒め物		ぜんまい煮 イエローシチュー ナポリタンスパゲッティー	巾着煮 おからクリーミーサラダ のっぺ煮	雪蔵大根田楽 ビーフシチュー
サラダ		5品目野菜サラダ サラダバー① サラダバー②	5品目野菜サラダ サラダバー① サラダバー②	5品目野菜サラダ サラダバー① サラダバー②
汁もの		フルーツ	フルーツ	フルーツ
飲み物		みそ汁 ジュース ウーロン茶 コーヒー	みそ汁 ジュース ウーロン茶 コーヒー	みそ汁 ジュース ウーロン茶 コーヒー
その他		漬け物	漬け物	漬け物

- * メニューによっては、仕入れの都合により、一部変更になる場合がありますが、ご了承ください。
- * 7大アレルギーの表示はしていませんが、アレルギー対応につきましてはご連絡ください。
- * 赤色のメニューは、おすすめ料理です。
- * オレンジ色のメニューは、旬の食材を使用しています。
- * 青色のメニューは、郷土料理です。