



青少年の家 食堂メニュー

	分類	NO. 1	NO. 2	NO. 3	NO. 4	NO. 5	NO. 6
朝食	主菜1	サバの塩焼き	ベーコンと野菜のソテー	サワラの照焼き	豚肉と野菜のソテー	サワラのマヨ焼き	ミックス野菜炒め
	主菜2	コーンスランブル	オムレツ	カニカマスランブル	オムレツ	ハムスランブル	ピーマンスランブル
	副菜1	京がんもの煮物	切干大根の炒め煮	タケノコの煮物	切り昆布煮	ひじき煮	ツナとジャガイモの煮物
	副菜2	バジルポテトサラダ	スパゲティサラダ	春雨サラダ	バジルポテトサラダ	スパゲティサラダ	春雨サラダ
	汁物	味噌汁(人参・大根)	味噌汁(長ネギ・油揚げ)	味噌汁(豆腐・なめこ)	味噌汁(人参・シタケ)	味噌汁(長ネギ・もやし)	味噌汁(豆腐・ワカメ)
	共通メニュー		コールスロー・漬物・ご飯・パン・お粥・コーンフレークorヤクルト・納豆・ふりかけ・ジャム・マーガリン・フリードリンク				
昼食	主食	ビビンバ丼	ハヤシライス	中華丼	ハッシュドビーフ	マーボー豆腐丼	ポークカレー
	種類	和風ツナスパゲティ	焼きうどん	肉焼きそば	山菜スパゲティ	焼きうどん	ソース焼きそば
	主菜1	イカフライ	野菜コロッケ	色々M i x コロッケ	イカフライ	野菜コロッケ	色々M i x コロッケ
	主菜2	水餃子	韓国風野菜炒め	ミックス野菜のガリパタソース炒め	蒸し焼売	もやしときくらげの塩炒め	大豆ミート生姜野菜炒め
	副菜1	高野豆腐の煮物	ジャガイモのそぼろ煮	薩摩揚げの煮物	大根と豚肉の煮物	ごぼうの炒め煮	竹輪とこんにゃくの煮物
	副菜2	チンゲン菜のお浸し	ブロッコリーの青じそドレ和え	チンゲン菜の中華和え	菜の花のお浸し	キャベツのゆずドレ和え	切干大根の青じそドレ和え
	汁物	スープ(長ネギ・白菜)	スープ(玉ねぎ・きくらげ)	スープ(人参・キャベツ)	スープ(長ネギ・ほうれん草)	スープ(玉ねぎ・チンゲン菜)	スープ(人参・いんげん)
	デザート	杏仁豆腐	お楽しみデザート	コーヒーゼリー	杏仁豆腐	お楽しみデザート	コーヒーゼリー
共通メニュー		コールスロー・漬物・ご飯・ふりかけ・フリードリンク					
夕食	主菜1	つくね照焼きハンバーグ	ハンバーグトマトソース	肉団子のクリーム煮	つくねハンバーグボン酢タレ	デミハンバーグ	肉団子のトマト煮
	主菜2	メンマ炒め	ナスの中華炒め	厚揚げと野菜のオイスター炒め	牛肉とニンニクの芽炒め	アスパラの中華炒め	ハムとチンゲン菜の中華炒め
	主菜3	お楽しみフライ	イワシ梅肉フライ	ピーマンの肉詰めフライ	お楽しみフライ	イワシ梅肉フライ	ピーマンの肉詰めフライ
	副菜1	里芋ときのこの煮物	ゴボウとコンニャクの煮物	ぜんまいの煮物	肉じゃが	つみれの煮物	大根と薩摩揚げの煮物
	副菜2	もやしのナムル	キャベツの土佐和え	もやしのボン酢和え	カリフラワーのナムル	オクラの土佐和え	いんげんのゴマ和え
	種類	和風醤油ラーメン	菜の花のスパゲティ	きつねうどん	とんこつラーメン	ナポリタン	ワカメうどん
	汁物	味噌汁(玉ねぎ・シタケ)	味噌汁(いんげん・もやし)	味噌汁(麩・いんげん)	味噌汁(玉ねぎ・白菜)	味噌汁(いんげん・油揚げ)	味噌汁(麩・キャベツ)
	デザート	ミルクプリン	抹茶ゼリー	お楽しみデザート	ミルクプリン	抹茶ゼリー	お楽しみデザート
共通メニュー		コールスロー・漬物・ご飯・ふりかけ・フリードリンク					
提供日(5月)		1.7.13.19.25.31	2.8.14.20.26	3.9.15.21.27	4.10.16.22.28	5.11.17.23.29	6.12.18.24.30
提供日(6月)		6.12.18.24.30	1.7.13.19.25	2.8.14.20.26	3.9.15.21.27	4.10.16.22.28	5.11.17.23.29