

食堂メニュー



国立岩手山青少年交流の家

メニュー	NO.1	NO.2	NO.3	NO.4	NO.5	NO.6
2月	(1・7・13・19・25・)	(2・8・14・20・26)	(3・9・15・21・27)	(4・10・16・22・28)	(5・11・17・23)	(6・12・18・24)
朝食	スクランブルエッグ	厚焼き玉子	スクランブルエッグ	厚焼き玉子	スクランブルエッグ	厚焼き玉子
	さつま揚げ煮	さばの塩焼き	ホキの塩焼き	さつま揚げ煮	さばの塩焼き	ホキの塩焼き
	ミートボール	ポイルウィンナー	蒸し焼売	ミートボール	ポイルウィンナー	蒸し焼売
	切干大根	きんぴら	ひじき煮	切干大根	きんぴら	ひじき煮
	ほうれん草の味噌汁	わかめの味噌汁	ごぼうの味噌汁	ほうれん草の味噌汁	わかめの味噌汁	ごぼうの味噌汁
共通	ごはん ・ 食パン ・ 海苔佃煮 ・ ゆかり ・ さくら漬け ・ 千切りキャベツ ・ 納豆 ・ ジャム ・ フリードリンク ・ 牛乳					
昼食	鶏肉の竜田揚げ	レンコン肉詰めフライ	栗かぼちゃコロッケ	鶏肉の竜田揚げ	レンコン肉詰めフライ	栗かぼちゃコロッケ
	豚肉入り野菜炒め	キャベツのペペロンソテー	ツナと野菜の炒め	豚肉入り野菜炒め	キャベツのペペロンソテー	ツナと野菜の炒め
	かぼちゃの煮物	大根のそぼろあん	塩肉じゃが	かぼちゃの煮物	大根のそぼろあん	塩肉じゃが
	もやしの香味和え	青菜のお浸し	もやしの香味和え	青菜のお浸し	もやしの香味和え	青菜のお浸し
	わかめうどん	味噌ラーメン	けんちんうどん（しょう油）	醤油ラーメン	たぬきうどん	塩ラーメン
	パイン&みかん缶	黒糖ゼリー	パイン&みかん缶	黒糖ゼリー	パイン&みかん缶	黒糖ゼリー
共通	ごはん ・ 海苔佃煮 ・ ゆかり ・ さくら漬け ・ 千切りキャベツ ・ フリードリンク ・ 牛乳					
夕食	チャプチェ	野菜とビーフンのカレー風味炒め	梅しそパスタ	味噌チャプチェ	野菜とビーフンの中華炒め	ナポリタンパスタ
	一口とんかつ	ささみしそ巻きフライ	いわし青のりフライ	一口とんかつ	ささみしそ巻きフライ	いわし青のりフライ
	こんにゃくの甘辛炒め	白菜のうま煮	ジャーマンポテト	こんにゃくの甘辛炒め	白菜のうま煮	ジャーマンポテト
	豆のイタリアンサラダ	ごぼうのイタリアンサラダ	花野菜のイタリアンサラダ	豆のイタリアンサラダ	ごぼうのイタリアンサラダ	花野菜のイタリアンサラダ
	大根の味噌汁	せんべい汁	玉葱の味噌汁	大根の味噌汁	せんべい汁	玉葱の味噌汁
	カレー	カレー	カレー	カレー	カレー	カレー
	プチクレープ（イチゴ）	ヨーグルト（アロエ）	ゼリー（ぶどう&りんご）	ミニたい焼き	ヨーグルト（アロエ）	ゼリー（ぶどう&りんご）
共通	ごはん ・ 海苔佃煮 ・ ゆかり ・ さくら漬け ・ 千切りキャベツ ・ フリードリンク ・ 牛乳					