



手賀の丘少年の家 食堂メニュー1月



	NO. 1	NO. 2	NO. 3	NO. 4	NO. 5	NO. 6
朝食	鯖の塩焼き 和風スクランブルエッグ 五目きんぴら 玉葱と油揚げの味噌汁 コールスロー ブロッコリー オニオンスライス ミックスベジタブル 梅干し・たくあん ご飯 パン ふりかけ 納豆 ジャム・マーガリン フリードリンク	ウィンナーと野菜のソテー ほうれん草スクランブル ひじきと白滝の煮付け もやしとインゲンの味噌汁 コールスロー インゲン カーネルコーン クrinkルキャロット 梅干し・たくあん ご飯 パン ふりかけ 納豆 ジャム・マーガリン フリードリンク	さけの塩焼き オニオンスクランブルエッグ きんぴらごぼう キャベツと油揚げの味噌汁 コールスロー ブロッコリー オニオンスライス ミックスベジタブル 梅干し・たくあん ご飯 パン ふりかけ 納豆 ジャム・マーガリン フリードリンク	照焼き肉団子 鯖の塩焼き 里芋のそぼろあんかけ わかめと巻麩の味噌汁 コールスロー インゲン カーネルコーン クrinkルキャロット 梅干し・たくあん ご飯 パン ふりかけ 納豆 ジャム・マーガリン フリードリンク	ハム野菜炒め もやしと卵炒め 大根と油揚げの煮物 キャベツと椎茸の味噌汁 コールスロー ブロッコリー オニオンスライス ミックスベジタブル 梅干し・たくあん ご飯 パン ふりかけ 納豆 ジャム・マーガリン フリードリンク	野菜のオイスター炒め さけの塩焼き 栗かぼちゃの煮物 大根とわかめの味噌汁 コールスロー インゲン カーネルコーン クrinkルキャロット 梅干し・たくあん ご飯 パン ふりかけ 納豆 ジャム・マーガリン フリードリンク
昼食	わかめご飯 焼きうどん(醤油味) 揚げ焼売 大豆ミートの麻婆豆腐 ポトフ わかめと人参のスープ コールスロー カーネルコーン 千切り大根 クrinkルキャロット つぼ漬け ご飯 フリードリンク	ポークカレー ナポリタンスパゲッティ 肉入りコロッケ 豚肉とにんにくの芽炒め コーンとブロッコリーのマヨソース キャベツと人参のスープ コールスロー ヤングコーン もやし わかめ 福神漬け ご飯 フリードリンク	ゆかりご飯 ソース焼きそば ちくわの天ぷら 野菜炒め 里芋のそぼろあん 野菜のチキンスープ コールスロー カーネルコーン 千切り大根 クrinkルキャロット つぼ漬け ご飯 フリードリンク	わかめご飯 マヨ風味焼きうどん 揚げ焼売のガーリック風味 鶏肉とじゃが芋の煮物 もやしの中華浸し トマトとオニオンのスープ コールスロー ヤングコーン もやし わかめ つぼ漬け ご飯 フリードリンク	ハヤシライス スパゲッティー赤しそ風味 肉入りコロッケ 回鍋肉 レンコンサラダ 玉葱ともやしのスープ コールスロー カーネルコーン 千切り大根 クrinkルキャロット つぼ漬け ご飯 フリードリンク	ゆかりご飯 チャイニーズパスタ ナス肉詰めフライ ポテトと鮭のホクホク和え 大根のそぼろあん 玉葱と人参のスープ コールスロー ヤングコーン もやし わかめ つぼ漬け ご飯 フリードリンク
夕食	さつま芋ご飯 ほうれん草と玉葱のスープ 白身フライ キャベツ・ツナコーン炒め 鶏肉と野菜のうま煮 インゲンのマヨネーズ和え フライドポテト 焼きそば いちごゼリー コールスロー カリフラワー わかめ もやし つぼ漬け ご飯 フリードリンク	とりそぼろご飯 玉葱のスープ 肉団子の酢豚風 アジフライ 南瓜のマカロニグラタン さつま芋のレモン煮 フライドポテト 豚肉と野菜の焼ビーフン グレープフルーツゼリー コールスロー カーネルコーン クrinkルキャロット 千切り大根 つぼ漬け ご飯 フリードリンク	五目ご飯 ホウレン草のスープ チキンカツ 豚肉とインゲンの炒め チリコンカン キャベツのゴマ風味和え フライドポテト 焼きうどん(ソース) 青りんごゼリー コールスロー カリフラワー わかめ もやし つぼ漬け ご飯 フリードリンク	さつま芋ご飯 コーンと玉葱のスープ ハンバーグデミソース 白身フライ おでん煮 ほうれん草の胡麻和え フライドポテト フライドポテト ペペロンチーノスパゲッティ いちごゼリー コールスロー カーネルコーン クrinkルキャロット 千切り大根 つぼ漬け ご飯 フリードリンク	とりそぼろご飯 ほうれん草と玉葱のスープ メンチカツ 鯖味噌煮 豚肉と厚揚げのごぼう煮 ブロッコリーのホットマヨ フライドポテト フライドポテト 豚肉と野菜の焼ビーフン グレープフルーツゼリー コールスロー カリフラワー わかめ もやし つぼ漬け ご飯 フリードリンク	五目ご飯 キャベツと椎茸のスープ 照焼きハンバーグ アジフライ マカロニグラタン ポテトサラダ フライドポテト 塩焼きそば 青りんごゼリー コールスロー カーネルコーン クrinkルキャロット 千切り大根 つぼ漬け ご飯 フリードリンク
日付	6,12,18,24,30	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