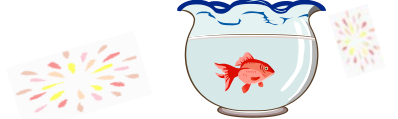


手賀の丘少年自然の家 食堂メニュー 7月



カテゴリ	NO. 1	NO. 2	NO. 3	NO. 4	NO. 5	NO. 6			
朝食	ご飯 ロールパン 小松菜と油揚げの味噌汁 鮭の塩焼き トマトスクランブル ひじきと白滝の煮付け 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 ふりかけ 納豆 ジャム・マーガリン 牛乳 フリードリンク	ご飯 ロールパン もやしといんげんの味噌汁 鯖の塩焼き ほうれん草スクランブル 五目きんぴら コールスロー いんげん カーネルコーン クリンクルキャロット 梅干し・たくあん ふりかけ 納豆 ジャム・マーガリン 牛乳 フリードリンク	ご飯 ロールパン 大根とわかめの味噌汁 鮭の塩焼き ハム野菜炒め スパゲティサラダ 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 ふりかけ 納豆 ジャム・マーガリン 牛乳 フリードリンク	ご飯 ロールパン キャベツと巻麩の味噌汁 鯖の塩焼き オニオンスクランブル 大根とえんどうのコンソメ煮 コールスロー いんげん カーネルコーン クリンクルキャロット 梅干し・たくあん ふりかけ 納豆 ジャム・マーガリン 牛乳 フリードリンク	ご飯 ロールパン 大根とわかめの味噌汁 照焼き肉団子 キャベツと竹輪の白胡麻和え 春雨の中華和え物 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 ふりかけ 納豆 ジャム・マーガリン 牛乳 フリードリンク	ご飯 ロールパン キャベツと椎茸の味噌汁 鯖の塩焼き 和風スクランブルエッグ 切干大根の炒め煮 コールスロー いんげん カーネルコーン クリンクルキャロット 梅干し・たくあん ふりかけ 納豆 ジャム・マーガリン 牛乳 フリードリンク			
	昼食	ゆかりご飯 焼きうどん ほうれん草と玉葱のスープ イカカツ 肉野菜炒め ソーセージとキャベツのフレンチサラダ コールスロー カーネルコーン 千切り大根 クリンクルキャロット つぼ漬け ご飯 フリードリンク	夏野菜カレー スパゲッティミートソース 野菜のチキンスープ 肉入りコロッケ バンバンチー（棒々鶏） そら豆とコーンのマヨ和え 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	枝豆ご飯 スパゲッティ赤しそ風味 オニオンスープ 白身フライ レンコンと厚揚げの味噌炒め 枝豆と春雨の中華和え コールスロー カーネルコーン 千切り大根 クリンクルキャロット つぼ漬け ご飯 フリードリンク	ゆかりご飯 スパゲッティナポリタン ほうれん草スープ 竹輪の磯辺揚げ 厚揚げと竹の子のうま煮 春雨マヨサラダ 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 和風スパゲティ 野菜のチキンスープ 野菜コロッケ ビビンバ炒め ポテトサラダ コールスロー カーネルコーン 千切り大根 クリンクルキャロット 福神漬け ご飯 フリードリンク	枝豆ご飯 ペペロンチーノスパゲティ コーンとわかめのスープ 揚げ焼売 厚揚げと野菜の生姜煮 レンコンサラダ 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	わかめご飯 冷やしたぬき コーンとわかめのスープ 照焼きハンバーグ アジフライ 京がんもの煮物 アスパラとキャベツのソテー フライドポテト コールスロー カリフラワー わかめ いんげん 蒟蒻ピーチゼリー つぼ漬け ご飯 フリードリンク	枝豆ご飯 ゆず胡椒風味スパゲッティ わかめと人参の中華スープ メンチカツ 野菜炒め マカロニグラタン ラタトゥイユの香草グラタン フライドポテト コールスロー カーネルコーン クリンクルキャロット 千切り大根 蒟蒻オレンジゼリー つぼ漬け ご飯 フリードリンク	五目ご飯 豚肉と野菜のビーフン 春雨とわかめのスープ 夏野菜グラタン 根野菜の煮物 チキンカツ もやしの胡麻和え フライドポテト コールスロー カリフラワー わかめ いんげん グレープフルーツゼリー つぼ漬け ご飯 フリードリンク	わかめご飯 冷やし中華 キャベツと人参のスープ ハンバーグ大根おろしソース 白身フライ 肉じゃが 青菜と玉葱塩炒め フライドポテト コールスロー カーネルコーン クリンクルキャロット 千切り大根 蒟蒻ピーチゼリー つぼ漬け ご飯 フリードリンク	枝豆ご飯 ブルコギうどん コンソメスープ メンチカツ 大根のそぼろあん ザーサイ冷奴 オクラの土佐和え フライドポテト コールスロー カリフラワー わかめ いんげん 蒟蒻オレンジゼリー つぼ漬け ご飯 フリードリンク	五目ご飯 夏野菜ビーフン 玉葱ともやしのスープ ポテトグラタン ツナじゃが ナスの肉詰めフライ 枝豆のツナマヨ フライドポテト コールスロー カーネルコーン クリンクルキャロット 千切り大根 グレープフルールゼリー つぼ漬け ご飯 フリードリンク	
			日付	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