



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	さばの塩焼き 和風スクランブルエッグ 五目きんぴら わかめと巻麩の味噌汁 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	ウインナーと野菜のソテー もやしと卵炒め ひじきと白滝の煮付け キャベツとしいたけの味噌汁 コールスロー もやし カーネルコーン クリンクルキャロット 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 切干大根煮 玉ねぎとわかめの味噌汁 コールスロー いんげん カリフラワー わかめ いんげん 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	さばの塩焼き 和風スクランブルエッグ 五目きんぴら わかめと巻麩の味噌汁 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	ウインナーと野菜のソテー もやしと卵炒め ひじきと白滝の煮付け キャベツとしいたけの味噌汁 コールスロー もやし カーネルコーン クリンクルキャロット 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 切干大根煮 玉ねぎとわかめの味噌汁 コールスロー いんげん カリフラワー わかめ 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	ゆかりご飯 ソース焼きそば 白身フライ 麻婆豆腐 ポトフ わかめと人参の中華スープ 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	ポークカレー スパゲティナポリタン 野菜コロッケ ちゃんこ鍋風煮 ほうれん草のゴマ和え キャベツと人参のスープ コールスロー わかめ カリフラワー いんげん 福神漬け ご飯 フリードリンク	さつま芋ご飯 塩焼きそば 竹輪の磯辺揚げ 肉野菜炒め 里芋のそぼろあん トマトとオニオンのスープ 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 つぼ漬け ご飯 フリードリンク	ゆかりご飯 ソース焼きそば 白身フライ 麻婆豆腐 ポトフ わかめと人参の中華スープ 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	ポークカレー スパゲティナポリタン 野菜コロッケ ちゃんこ鍋風煮 ほうれん草のゴマ和え キャベツと人参のスープ コールスロー わかめ カリフラワー いんげん 福神漬け ご飯 フリードリンク	さつま芋ご飯 塩焼きそば 竹輪の磯辺揚げ 肉野菜炒め 里芋のそぼろあん トマトとオニオンのスープ 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 つぼ漬け ご飯 フリードリンク
夕食	五目ご飯 メンチカツ ツナじゃが 肉野菜炒め ブロッコリーのホットマヨ フライドポテト 肉野菜ビーフン 玉葱と人参のスープ いちごゼリー コールスロー カリフラワー わかめ いんげん つぼ漬け ご飯 フリードリンク	きんぴらご飯 チキンカツ 鯖味噌煮 豚肉と厚揚げのごぼう煮 春雨ともやしの炒め物 フライドポテト マカロニグラタン 春雨とわかめのスープ 蒟蒻オレンジゼリー コールスロー カーネルコーン オニオンスライス 千切り大根 つぼ漬け ご飯 フリードリンク	鶏そぼろご飯 揚げ焼売 豚肉とインゲンの炒め ポテトと鮭のホクホク和え 根菜の田舎風 フライドポテト ペペロンチーノスパゲッティ ハウレン草のスープ 青りんごゼリー コールスロー もやし カリフラワー クリンクルキャロット つぼ漬け ご飯 フリードリンク	五目ご飯 メンチカツ ツナじゃが 肉野菜炒め ブロッコリーのホットマヨ フライドポテト 肉野菜ビーフン 玉葱と人参のスープ いちごゼリー コールスロー カリフラワー わかめ いんげん つぼ漬け ご飯 フリードリンク	きんぴらご飯 チキンカツ 鯖味噌煮 豚肉と厚揚げのごぼう煮 春雨ともやしの炒め物 フライドポテト マカロニグラタン 春雨とわかめのスープ 蒟蒻オレンジゼリー コールスロー カーネルコーン オニオンスライス 千切り大根 つぼ漬け ご飯 フリードリンク	鶏そぼろご飯 揚げ焼売 豚肉とインゲンの炒め ポテトと鮭のホクホク和え 根菜の田舎風 フライドポテト ペペロンチーノスパゲッティ ハウレン草のスープ 青りんごゼリー コールスロー もやし カリフラワー クリンクルキャロット 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