

10・11月メニュー表



国立吉備青少年自然の家

	NO.1	NO.2	NO.3
10月	1・4・7・10・13・16・19・22・25・28・31	2・5・8・11・14・17・20・23・26・29	3・6・9・12・15・18・21・24・27・30
11月	3・6・9・12・15・18・21・24・27・30	1・4・7・10・13・16・19・22・25・28	2・5・8・11・14・17・20・23・26・29
	オムレツ	白身魚フライ	スクランブルエッグ
	ミートボール	ポイルウィンナー	蒸し焼売
	ひじき煮	卵の花	切干大根
	スパゲティサラダ	マカロニサラダ	ポテトサラダ
	ごぼうの味噌汁	玉葱の味噌汁	白菜の味噌汁
共通	コールスロー ・ グレープフルーツ ・ ごはん ・ 食パン ・ いちごジャム		
	ミートソースパスタ	スパゲティナポリタン	和風ツナスパゲティ
	揚げギョウザ	サバカレーカツ	デミカツ
	ツナと野菜の炒め	豚肉入り野菜炒め	かぼちゃの煮物
	パンプキンサラダ	ポテトサラダ	豆サラダイタリアーノ
	コーン入り中華スープ	わかめスープ	青菜のすまし汁
共通	コールスロー ・ ゼリー（ぶどう&りんご） ・ ごはん		
	塩焼きそば	ペペロンチーノパスタ	カレー
	デミグラスソースハンバーグ	フライドチキン	甘酢肉団子
	ブロッコリー	ヤングコーン	ビーンズミックス
	厚揚げの煮物	白菜のうま煮	キャベツのペペロンソテー
	大根の味噌汁	ほうれん草の味噌汁	わかめの味噌汁
	フライドポテト（塩味）	フライドポテト（ガーリック）	フライドポテト（塩味）
共通	コールスロー ・ ヨーグルト（プレーン） ・ ごはん		

*食材の都合により、メニューを変更させていただく場合がございます。あらかじめご了承くださいませ。

*ご利用日の食堂の利用者数が規定数に満たない場合は、盛付提供に変更させて頂く場合がございます。