


7・8・9月メニュー表



国立吉備青少年自然の家

吉備	NO.1	NO.2	NO.3
朝食	オムレツ	白身魚フライ	スクランブルエッグ
	チキンナゲット	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		
昼食	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	ツナマヨフライ	デミカツ 
	ツナと野菜の炒め	豚肉と筍の中華炒め	かぼちゃの煮物
	春雨サラダしそ風味	ポテトサラダ	ミックスペジタブル
	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		
夕食	塩焼きそば	ペペロンチーノパスタ	カレー
	照焼きハンバーグ	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
	切干大根のソース炒め	白菜のうま煮	もやしのそぼろ炒め
	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。