背振少年自然の家　弁当メニュー

	献立	材料
月・土曜日	ごはん	米 黒ゴマ
	マカロニサラダ	マカロニ にんじん ハム
	キャベツ	キャベツ
	グリーンリーフ	グリーンリーフ
	だし巻卵	だし巻卵
	焼きそば	
	白身魚フライ	タラ タルタルソース
	肉団子の甘酢あんかけ	ミートボール 玉ねぎ にんじん しいたけ
	大根生酢	大根 にんじん
	魚型醤油	

	献立	材料
火・日曜日	ごはん	米 黒ゴマ
	ポテトサラダ	じゃが芋 にんじん ハム
	キャベツ	キャベツ
	グリーンリーフ	グリーンリーフ
	ナポリタンスパゲティ	パスタ にんにく
	だし巻卵	だし巻卵
	とんかつ	豚肉 トンカツソース
	ポークウィンナー	ポークウィンナー
	しゅうまい	しゅうまい
	漬物	つぼ漬け（切干大根）
	魚型醤油	

	献立	材料
水曜日	ごはん	米 黒ゴマ
	ひじき煮	ひじき 竹の子 こんにゃく 刻み油揚げ 大豆 れんこん にんじん
	キャベツ	キャベツ
	グリーンリーフ	グリーンリーフ
	白スパゲティ	パスタ
	肉入りコロッケ	じゃが芋 鶏肉 卵
	だし巻卵	だし巻卵
	エビフライ	エビ
	焼き鳥	鶏肉
	大根生酢	大根 にんじん
	魚型醤油	

	献立	材料
木曜日	ごはん	米 黒ゴマ
	千切り大根煮	千切り大根 干ししいたけ 刻み油揚げ にんじん
	キャベツ	キャベツ
	グリーンリーフ	グリーンリーフ
	ナポリタンスパゲティ	パスタ にんにく
	オムレツ	オムレツ
	白身魚フライ	タラ
	ハンバーグデミソース	ハンバーグ 玉ねぎ
	漬物	つぼ漬け（切干大根）
	魚型醤油	

	献立	材料
金曜日	ごはん	米 黒ゴマ
	千切り大根煮	千切り大根 干ししいたけ 刻み油揚げ にんじん
	キャベツ	キャベツ
	グリーンリーフ	グリーンリーフ
	ナポリタンスパゲティ	パスタ にんにく
	だし巻卵	だし巻卵
	鶏の唐揚げ	鶏肉 卵 にんにく 生姜
	しゅうまい	しゅうまい
	漬物	つぼ漬け（切干大根）
	魚型醤油	

A	ごはん	米 梅干し
	焼き鯖 ハンバーグ	サバ ハンバーグ
	オムレツ から揚げ	オムレツ 鶏もも肉
	切干大根の炒め煮	切干大根 にんじん 刻み油揚げ
	マカロニサラダ	マカロニ にんじん
	白スパゲティ	パスタ
	ゼリー	弁当ゼリー （ぶどう・りんご・みかん・桃） ※いずれか1個

B	ごはん	米 梅干し
	鶏もも肉の照り焼き	鶏もも肉
	鮭の塩焼き	しゃけ
	白身魚フライ	タラ
	ポークウィンナー	ポークウィンナー
	だし巻卵	だし巻卵
	きんぴら	ごぼう にんじん
	ポテトサラダ	じゃが芋 にんじん 玉ねぎ
	赤スパゲティ	パスタ
	ゼリー	弁当ゼリー （ぶどう・りんご・みかん・桃） ※いずれか1個