

# 国立大隅青少年自然の家 レストランメニュー

7月提供日	1・6・11・16・21・26・31	2・7・12・17・22・27	3・8・13・18・23・28	4・9・14・19・24・29	5・10・15・20・25・30
8月提供日	5・10・15・20・25・30	1・6・11・16・21・26・31	2・7・12・17・22・27	3・8・13・18・23・28	4・9・14・19・24・29
9月提供日	4・9・14・19・24・29	5・10・15・20・25・30	1・6・11・16・21・26	2・7・12・17・22・27	3・8・13・18・23・28
分類	NO.1	NO.2	NO.3	NO.4	NO.5
朝	主食①	白ご飯	白ご飯	白ご飯	白ご飯
	主食②	パン・牛乳・ジャム・マーガリン	パン・牛乳・ジャム・マーガリン	パン・牛乳・ジャム・マーガリン	パン・牛乳・ジャム・マーガリン
	汁物	みそ汁	みそ汁	みそ汁	みそ汁
食	おかず①	ハムソテー	焼き魚	ソーセージ	ハムソテー
	おかず②	ひじき煮	切干大根	ほうれん草とベーコンソテー	ひじき煮
	おかず③	オムレツ	とろとろスクランブルエッグ	ゆで卵	とろとろスクランブルエッグ
共通メニュー	野菜・フルーツ・納豆・漬物・ふりかけ				
昼	主食①	白ご飯	白ご飯	白ご飯	白ご飯
	主食②	おおすみくん家の鶏飯	さつま汁うどん(さつま芋)	おおすみくん家のカレー	野菜タンメン
	おかず①	おまかせ日替わりフライ	アジフライ	チキンカツ	おまかせ日替わりフライ
食	おかず②	ポテトフライ	おまかせ日替わりフライ	コーンスープ	揚げ餃子
	おかず③	海藻と豆腐サラダ	春雨サラダ	白和え	もやしの胡麻和え
	共通メニュー	野菜・日替わり野菜・漬物			
夕	主食①	白ご飯	白ご飯	白ご飯	白ご飯
	汁物①	わかめスープ	クリームシチュー	中華野菜スープ	わかめスープ
	おかず①	鶏の甘酢あんかけ	ナポリタンスパゲッティ	おおすみくん家のシチューハンバーグ	おおすみくんちのミックスフライ
食	おかず②	水餃子	おまかせ日替わりフライ	おまかせ日替わりフライ	ポテトフライ
	おかず③	アロカリサラダ	ほうれん草浸し	ポテトサラダ	ごぼうサラダ
	共通メニュー	野菜・日替わり野菜・ゼリー			

※メニューの一部が変更になることがあります。ご了承下さい。