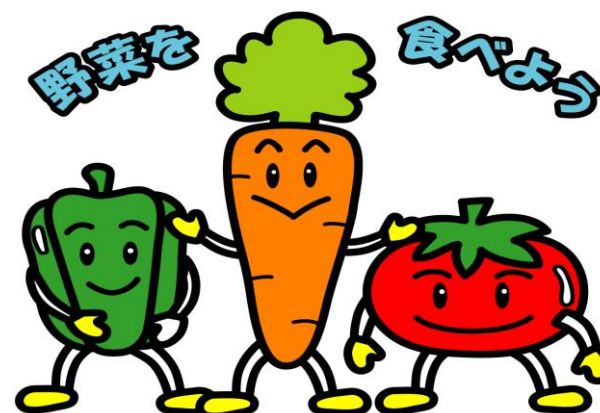
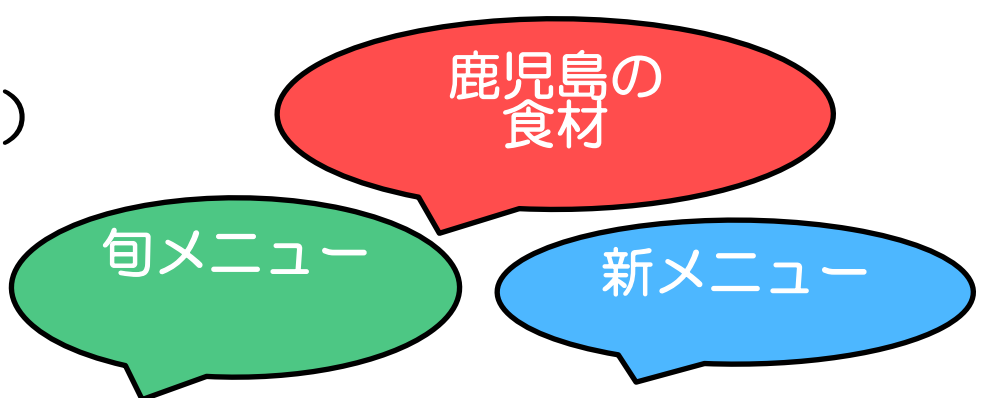


国立大隅青少年自然の家

レストランメニュー



行事食⇒1月7日(七草粥)
2月3日(節分豆)
3月3日(ちらし寿司)



1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
2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
3月提供日	1・6・11・16・21・26	2・7・12・17・22・27	3・8・13・18・23・28	4・9・14・19・24・29	5・10・15・20・25・30
分類	NO.1	NO.2	NO.3	NO.4	NO.5
朝	主食①	ご飯(国産米)	ご飯(国産米)	ご飯(国産米)	ご飯(国産米)
	主食②	パン	パン	パン	パン
	汁物①	みそ汁	みそ汁	みそ汁	みそ汁
	汁物②	コンソメスープ	コンソメスープ	コンソメスープ	コンソメスープ
	おかず①	豆アジの唐揚げカレー風味	めざし	さわらの塩焼き	ししゃも
	おかず②	厚焼卵	オムレツきのこあんかけ	高野豆腐の卵とじ	さつま芋スクランブル
	おかず③	こんにゃくの金平	ひじきの煮物	スパゲティサラダ	白滝の煮物
	おかず④	ブロッコリーの胡麻和え	マカロニサラダ	おくらとなめたけの和え物	ポテトサラダ
共通メニュー	・千切りキャベツ・フルーツ・納豆・ふりかけ・漬物・ジャム・マーガリン・牛乳				
昼	主食①	ご飯(国産米)	ご飯(国産米)	ご飯(国産米)	ご飯(国産米)
	主食②	菜飯	わかめご飯	菜飯	ゆかりご飯
	麺類①	チゲうどん	とんこつラーメン	ごぼう天そば	カレーうどん
	おかず①	なすの肉詰めフライ	豆腐ハンバーグのおろしダレ	スタミナ炒め	メンチカツ
	おかず②	大根と油揚げの煮物	蒸し餃子の甘酢あんかけ	肉豆腐	わかさぎのアヒージョ
	おかず③	蒸し焼売	こんにゃくと竹輪の炒り煮	レンコンとかぼちゃの南蛮漬	さつま芋のレーズン煮
	おかず④	イタリアンパスタ	シルバーサラダ	五目ビーフン	キャベツとツナの塩麹パスタ
	おかず⑤	コールスローサラダ	紅白なます	三色ナムル	うま塩キャベツ
共通メニュー	・千切りキャベツ・日替りサラダ・フルーツ・漬物・フリードリンク				
夕	主食①	ご飯(国産米)	ご飯(国産米)	ご飯(国産米)	ご飯(国産米)
	汁物①	すまし汁	みそ汁	春雨スープ	わかめと油揚げのみそ汁
	麺類①	ビーフンソテー	焼きうどん	塩焼きそば	明太子スパゲティ
	おかず①	トマトソースハンバーグ	豚肉野菜巻きフライ	野菜コロッケ	チキンカツ
	おかず②	さばの塩焼き	野菜とウィンナーのソテー	焼ききびなご南蛮	さんまの生姜煮
	おかず③	かぼちゃのそぼろ煮	筑前煮	すき焼き風煮	こふき芋
	おかず④	大根のキムチ和え	糸寒天と玉ねぎのツナサラダ	コーンと野菜のチーズ和え	大根の梅マヨサラダ
	共通メニュー	・千切りキャベツ・日替りサラダ・フルーツ・漬物・フリードリンク			

※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。