

# 1・2・3月 食堂メニュー



国立大隅青少年自然の家



大隅	NO.1	NO.2	NO.3	NO.4	NO.5	NO.6
	1月(9・15・21・27日)	1月(4・10・16・22・28日)	1月(5・11・17・23・29日)	1月(6・12・18・24・30日)	1月(7・13・19・25・31日)	1月(8・14・20・26日)
	2月(2・8・14・20・26日)	2月(3・9・15・21・27日)	2月(4・10・16・22・28日)	2月(5・11・17・23日)	2月(6・12・18・24日)	2月(1・7・13・19・25日)
	3月(4・10・16・22・28日)	3月(5・11・17・23・29日)	3月(6・12・18・24・30日)	3月(1・7・13・19・25・31日)	3月(2・8・14・20・26日)	3月(3・9・15・21・27日)
朝食	玉葱の味噌汁	大根の味噌汁	わかめの味噌汁	玉葱の味噌汁	大根の味噌汁	わかめの味噌汁
	ごはん	ごはん	ごはん	ごはん	ごはん	ごはん
	オムレツ	ゆでたまご	オムレツ	ゆでたまご	オムレツ	ゆでたまご
	ハムソテー	さつま揚げ煮	ハムソテー	さつま揚げ煮	ハムソテー	さつま揚げ煮
	ポテトサラダ	卵の花	パンプキンサラダ	ポテトサラダ	卵の花	パンプキンサラダ
	コールスロー	コールスロー	コールスロー	コールスロー	コールスロー	コールスロー
	フルーツ缶詰	フルーツ缶詰	フルーツ缶詰	フルーツ缶詰	フルーツ缶詰	フルーツ缶詰
	海苔佃煮 ・ ドレッシング ・ ケチャップ ・ 醤油 ・ 中濃ソース					
昼食	塩ラーメン	たぬきうどん	豚骨ラーメン	塩ラーメン	豚骨ラーメン	おおすみくんの鶏飯
	ごはん	ごはん	ごはん	ごはん	ごはん	ピーマン肉詰めフライ
	コーンフライ	ピーマン肉詰めフライ	甘酢肉団子	コーンフライ	甘酢肉団子	かぼちゃの煮物
	蒸し焼売	かぼちゃの煮物	白身魚フライ	蒸し焼売	白身魚フライ	コールスロー
	コールスロー	コールスロー	コールスロー	コールスロー	コールスロー	ぶどうorりんごゼリー
	ぶどうorりんごゼリー	ぶどうorりんごゼリー	ぶどうorりんごゼリー	ぶどうorりんごゼリー	ぶどうorりんごゼリー	
	ドレッシング ・ 醤油 ・ 中濃ソース					
夕食	わかめスープ	コーン入り中華スープ	わかめスープ	コーン入り中華スープ	わかめスープ	さつま汁
	ごはん	ごはん	ごはん	ごはん	ごはん	ごはん
	ミートボールトマトソース	デミグラスソースハンバーグ	豚肉の生姜焼き	ミートボールデミグラスソース	照焼きハンバーグ	豚肉の生姜焼き
	フライドチキン	ハムサラダフライ	アジフライ	フライドチキン	ハムサラダフライ	アジフライ
	スパゲティナポリタン	ガーリックパスタ	チャプチェ	スパゲティナポリタン	ガーリックパスタ	チャプチェ
	大根のそぼろあん	フライドポテト(塩味)	和風マーボー茄子	大根のそぼろあん	フライドポテト(塩味)	和風マーボー茄子
	コールスロー	コールスロー	コールスロー	コールスロー	コールスロー	コールスロー
	ブチクレープ(チョコ)	ブチクレープ(イチゴ)	ミニたい焼き	ブチクレープ(チョコ)	ブチクレープ(イチゴ)	ミニたい焼き
	ドレッシング ・ マヨネーズ ・ ケチャップ ・ 醤油 ・ 中濃ソース					

\*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。