

10・11・12月 食堂メニュー

国立淡路青少年交流の家



淡路	NO.1	NO.2	NO.3	NO.4	NO.5	NO.6
	10月 (1・7・13・19・25・31日)	10月 (2・8・14・20・26日)	10月 (3・9・15・21・27日)	10月 (4・10・16・22・28日)	10月 (5・11・17・23・29日)	10月 (6・12・18・24・30日)
	11月 (6・12・18・24・30日)	11月 (1・7・13・19・25日)	11月 (2・8・14・20・26日)	11月 (3・9・15・21・27日)	11月 (4・10・16・22・28日)	11月 (5・11・17・23・29日)
	12月 (6・12・18・24・30日)	12月 (1・7・13・19・25・31日)	12月 (2・8・14・20・26日)	12月 (3・9・15・21・27日)	12月 (4・10・16・22・28日)	12月 (5・11・17・23・29日)
朝食						
おかず	甘酢肉団子	ポイルウィンナー	コロッケ	甘酢肉団子	ポイルウィンナー	コロッケ
おかず	オムレツ	オニオンスクランブルエッグ	オムレツ	オニオンスクランブルエッグ	オムレツ	オニオンスクランブルエッグ
おかず	ひじき煮	切干大根	ひじき煮	切干大根	ひじき煮	切干大根
おかず	スパゲティサラダ	マカロニサラダ	ポテトサラダ	スパゲティサラダ	マカロニサラダ	ポテトサラダ
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
汁物	ごぼうの味噌汁	大根の味噌汁	わかめの味噌汁	ごぼうの味噌汁	大根の味噌汁	わかめの味噌汁
共通	ごはん ・ 納豆 ・ 海苔佃煮 ・ つぼ漬け ・ バターロール ・ いちごジャム ・ パター ・ コーンフレーク ・ 淡路島ヨーグルト ・ 淡路島牛乳					
昼食						
主食	塩ラーメン	わかめうどん	ミートソースパスタ	醤油ラーメン	塩だしうどん	スパゲティナポリタン
おかず	ツナマヨフライ	チキンナゲット	揚げギョウザ	ツナマヨフライ	チキンナゲット	揚げギョウザ
おかず	ごぼう天 おでん風煮	アジフライ	ホキの塩焼き	ごぼう天 おでん風煮	イワシ青のりフライ	ホキの塩焼き
おかず	ポテトのミートソース焼き	淡路産たまねぎステーキ	もやしの香味和え	ポテトのミートソース焼き	淡路産たまねぎステーキ	もやしの香味和え
おかず	卵の花	厚揚げの煮物	野菜とウィンナーの炒め	卵の花	厚揚げの煮物	野菜とウィンナーの炒め
おかず	野菜ときのこの煮し和え	洋風春雨サラダ	ごぼうのイタリアンサラダ	野菜ときのこの煮し和え	洋風春雨サラダ	ごぼうのイタリアンサラダ
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
汁物			わかめスープ			わかめスープ
共通	ごはん ・ つぼ漬け ・ グレープフルーツ ・ ゼリー（ぶどう&りんご） ・ 淡路島牛乳					
夕食						
主食	トマトハヤシライス	ソース焼きそば	カレー	トマトハヤシライス	塩焼きそば	カレー
おかず	ヒレカツ	フライドチキン	デミグラスソースハンバーグ	ヒレカツ	鶏の唐揚げ	ケチャップソースハンバーグ
おかず	野菜とチキンのトマト煮	かぼちゃの煮物	白身魚フライ	野菜とチキンのトマト煮	かぼちゃの煮物	白身魚フライ
おかず	ガーリックパスタ	ツナと野菜の炒め	チャプチェ	バジルパスタ	ツナと野菜の炒め	チャプチェ
おかず	フライドポテト（塩味）	フライドポテト（塩味）	フライドポテト（塩味）	フライドポテト（塩味）	フライドポテト（塩味）	フライドポテト（塩味）
おかず	オニオンサラダ	オニオンサラダ	オニオンサラダ	オニオンサラダ	オニオンサラダ	オニオンサラダ
おかず	豆のイタリアンサラダ	花野菜のイタリアンサラダ	キャベツのペペロンチーノ	豆のキャロットソースサラダ	花野菜キャロットソースサラダ	キャベツのペペロンチーノ
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
汁物		ほうれん草の味噌汁			ほうれん草の味噌汁	
共通	ごはん ・ つぼ漬け ・ プリン ・ 淡路島牛乳					

* 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。