

平成30年

5月

富山県砺波青少年自然の家

レストランメニュー表

	パターン①	パターン②	パターン③	パターン④	
日	1(火).5(土).9(水). 13(日).17(木).21(月). 25(金).29(火)	2(水).6(日).10(木). 14(月).18(金).22(火). 26(土).30(水)	3(木).7(月).11(金). 15(火).19(土).23(水). 27(日).31(木)	4(金).8(火).12(土). 16(水).20(日).24(木). 28(月)	日
朝食 バイキング	ごはん 厚焼き玉子 肉団子 焼き魚 サラダ 生野菜の盛合せ 納豆 味付けのり 小梅 漬物 味噌汁	ごはん ふっくらオムレツ 焼き魚 花がんも サラダ 生野菜の盛合せ 一口昆布巻き ふりかけ 小梅 漬物 味噌汁	ごはん ミートオムレツ シューマイ 焼き魚 サラダ 生野菜の盛合せ 納豆 味付けのり 小梅 漬物 味噌汁	ごはん ミックスドームオムレツ ポークウインナー 焼き魚 絹厚揚げの煮物 サラダ 生野菜の盛合せ ふりかけ 小梅 漬物 味噌汁	朝食 バイキング
昼食 定食	うどん ★ごはん ★カレー 牛肉コロッケ ★菜の花のゴマ和え ★生野菜 フルーツポンチ ★漬物	醤油ラーメン ★ごはん ★カレー 厚切りロースとんかつ ★もやしと油揚げの酢もの ★生野菜 フルーツポンチ ★漬物	牛丼 ★ごはん ベーコン入り刈-ミイコック ★レンコンのきんぴら ★生野菜 フルーツポンチ ★漬物 ★味噌汁	塩ラーメン ★ごはん ★カレー 浜松ギョーザメンチ ★ブロッコリー-玉子マヨサラダ ★生野菜 フルーツポンチ ★漬物	昼食 定食
夕食 バイキング	ごはん 焼きそば 肉じゃが ゴマさき身かつ コーン入りイカバーグ フライドポテト 春雨サラダ 生野菜の盛合せ カットフルーツ 漬物 コンソメスープ	ごはん ナポリタンスパゲッティ ゴボウと豚肉の炒め煮 チーズ入り棒つくね アジ大葉フライ フライドポテト きのこゴマサラダ 生野菜の盛合せ カットフルーツ 漬物 味噌汁	ごはん 焼きうどん ハンバーグ カニしぐれフライ 里芋の煮ころがし フライドポテト カリフラワーサラダ 生野菜の盛合せ カットフルーツ 漬物 味噌汁	ごはん ナポリタンスパゲッティ ドーナツコロッケ 筑前煮 花型お好み焼き フライドポテト 杓いかけとコーンのお浸し 生野菜の盛合せ カットフルーツ 漬物 味噌汁	夕食 バイキング
日	1(火).5(土).9(水). 13(日).17(木).21(月). 25(金).29(火)	2(水).6(日).10(木). 14(月).18(金).22(火). 26(土).30(水)	3(木).7(月).11(金). 15(火).19(土).23(水). 27(日).31(木)	4(金).8(火).12(土). 16(水).20(日).24(木). 28(月)	日

※ 昼食は定食ですが、★印のメニューはおかわりできます。
※ 都合により、内容を変更する場合があります。ご了承ください。

今月の食育の日メニュー!

5月19日(土)の昼食は、「山菜炊きこみご飯」がです。おかわりも自由です。



パターン①		パターン②		パターン③		パターン④			
日	1(火).5(土).9(水). 13(日).17(木).21(月). 25(金).29(火)	7大アレルゲン	2(水).6(日).10(木). 14(月).18(金).22(火). 26(土).30(水)	7大アレルゲン	3(木).7(月).11(金). 15(火).19(土).23(水). 27(日).31(木)	7大アレルゲン	4(金).8(火).12(土). 16(水).20(日).24(木). 28(月)	7大アレルゲン	日
		小麦 卵 乳 そば 落花生 エビ カニ		小麦 卵 乳 そば 落花生 エビ カニ		小麦 卵 乳 そば 落花生 エビ カニ		小麦 卵 乳 そば 落花生 エビ カニ	
朝食 (バイキング)	ごはん		ごはん		ごはん		ごはん		朝食 (バイキング)
	厚焼き玉子	●●●	ふっくらオムレツ	●	ミートオムレツ	●	ミックスドームオムレツ	△●	
	肉団子	●△●	焼き魚		シューマイ	●	ポークウインナー	●	
	焼き魚		花がんも	●	焼き魚		焼き魚		
	サラダ	●●●	サラダ	●●●	サラダ	●●●	絹厚揚げの煮物	●	
	生野菜の盛合せ		生野菜の盛合せ		生野菜の盛合せ		サラダ	●●	
	納豆	●●	一口昆布巻き	●	納豆	●●	生野菜の盛合せ		
	味付けのり	●	ふりかけ	●	味付けのり	●	ふりかけ	●●	
	小梅		小梅		小梅		小梅		
	漬物	●	漬物	●	漬物	●	漬物	●	
味噌汁	●	味噌汁	●	味噌汁	●	味噌汁	●		
昼食 (定食)	うどん	●●	醤油ラーメン	●△△△	牛丼	●	塩ラーメン	●△△△	昼食 (定食)
	★ごはん		★ごはん		★ごはん		★ごはん		
	★カレー	●●●	★カレー	●●●	パコ入り刈ミコロッケ	●●●	★カレー	●●●	
	牛肉コロッケ	●△●	厚切りロースとんかつ	●△△	★レンコンのきんぴら	●	浜松ギョーザメンチ	●△	
	★菜の花のゴマ和え	●	★もやしと油揚げの酢もの	●	★生野菜		★アツ刈-玉子マヨサラダ	●●	
	★生野菜		★生野菜		フルーツポンチ		★生野菜		
フルーツポンチ		フルーツポンチ		★漬物	●	フルーツポンチ			
★漬物	●	★漬物	●	★味噌汁	●	★漬物	●		
夕食 (バイキング)	ごはん		ごはん		ごはん		ごはん		夕食 (バイキング)
	焼きそば	●●●	ナポリタンスパゲッティ	●	焼きうどん	●●	ナポリタンスパゲッティ	●	
	肉じゃが		ゴボウと豚肉の炒め煮		ハンバーグ	●△●	ドーナツコロッケ	●	
	ゴマささ身かつ	●	チーズ入り棒つくね	●●	カニしぐれフライ	●●	筑前煮	●	
	コーン入りイカバーグ	●●●	アジ大葉フライ	●	里芋の煮ころがし	●	花型お好み焼き	●●	
	フライドポテト		フライドポテト		フライドポテト		フライドポテト		
	春雨サラダ	●●	きのこゴマサラダ	●●	カリフラワーサラダ	●●	杓ヅクとコーンのお浸し	●	
	生野菜の盛合せ		生野菜の盛合せ		生野菜の盛合せ		生野菜の盛合せ		
	カットフルーツ		カットフルーツ		カットフルーツ		カットフルーツ		
	漬物	●	漬物	●	漬物	●	漬物	●	
コンソメスープ	●	味噌汁	●	味噌汁	●	味噌汁	●		
日	1(火).5(土).9(水). 13(日).17(木).21(月). 25(金).29(火)	7大アレルゲン	2(水).6(日).10(木). 14(月).18(金).22(火). 26(土).30(水)	7大アレルゲン	3(木).7(月).11(金). 15(火).19(土).23(水). 27(日).31(木)	7大アレルゲン	4(金).8(火).12(土). 16(水).20(日).24(木). 28(月)	7大アレルゲン	日

- 印は、そのアレルゲンに該当するものです。
- △印はコンタミネーション（製造過程で混入している可能性がある）表示です。
- 昼食は定食ですが、★印はおかわりできます。
- ドレッシングとふりかけは、“小麦・乳・胡麻・卵・落花生”を配合しているものがあります。
- 仕入の都合により、内容は一部変更になる場合があります。

