

バイキングメニュー表 2017

7月

国立江田島青少年交流の家 レストラン

提供日	1・7・13・19・25・31	2・8・14・20・26	3・9・15・21・27	4・10・16・22・28	5・11・17・23・29	6・12・18・24・30
朝食	献立No.1	献立No.2	献立No.3	献立No.4	献立No.5	献立No.6
主食	ごはん・おかゆ（広島県産ブレンド国産米） 食パン・ロールパン・レーズンパン					
汁物	味噌汁 わかめスープ	味噌汁 コンソメスープ	味噌汁 わかめスープ	味噌汁 コンソメスープ	味噌汁 わかめスープ	味噌汁 コンソメスープ
おかず	ポイルウィンナー	切干大根の煮物	きんぴら蓮根	ポイルウィンナー	ミートボールケチャップ煮	じゃが芋とウィンナーのコンソメ煮
	ゆで玉子	枝豆とウィンナーの炒り玉子	オムレツの和風あんかけ	ゆで玉子	ちりめん炒り玉子	オムレツの中華あんかけ
	れんこんといんげん炒め	がんもの煮物	中華野菜のオイスター炒め	高野豆腐の煮物	昆布と大豆の煮物	こんにゃくのおかか煮
	ひじきの煮物	さばの塩焼き	竹輪の磯辺揚げ	アジの醤油煮	さばの生姜煮	竹輪の照り煮
	ビーンズサラダ	もやしのおかか和え	オクラサラダ	もやしときくらげの中華和え	玉ねぎと大葉のサラダ	オクラのゆかり和え
生野菜	生野菜	生野菜	生野菜	生野菜	生野菜	
果物	バナナ	グレープフルーツ	バナナ	グレープフルーツ	バナナ	グレープフルーツ
嗜好品	梅干し・納豆・マーガリン・いちごジャム・マーマレード・ふりかけ					
ドリンク	緑茶・烏龍茶・コーヒー・果汁ドリンク・野菜と果実のジュース・牛乳・飲むヨーグルト					
昼食	献立No.1	献立No.2	献立No.3	献立No.4	献立No.5	献立No.6
主食	ごはん（広島県産ブレンド国産米）					
麺類	冷やしツナトマトスパゲティ	冷やししょうゆラーメン (もやし・わかめ・ねぎ)	冷やし大豆うどん (大豆・わかめ・ねぎ)	冷やしじゃこと大葉の Pasta	冷やしそば (わかめ・山菜・ねぎ)	冷やしオクラうどん (オクラ・わかめ・ねぎ)
ご飯類	夏野菜カレー	チャーシュー混ぜご飯	麻婆厚揚げ丼	ウィンナーピラフ	ハヤシライス	親子丼
おかず	肉団子甘酢あんかけ	揚げ餃子	ピーマン肉詰めフライ	ソーセージカツ	ミートコロッケ	イカリングフライ
	白身魚フライ	アジの味噌煮	さわらのレモン漬け	さばの塩焼き	さわらのオレンジ漬け	さんまのカレー煮
	人参しりしり	蒸し南瓜	野菜のそぼろ風炒め	竹の子の土佐煮	がんもの煮物	切干大根の煮物
	オクラとちりめんのおひたし	ひじきのチーズドレッシング和え	枝豆	カリフラワーとちりめんの和え物	野菜の塩和え	枝豆
	キャベツのマヨゆかり和え	きゅうりとワカメの酢の物	こんにゃくサラダ	ビーフンサラダ	コーンと空豆のマヨ和え	もやしと大葉のおひたし
生野菜	生野菜	生野菜	生野菜	生野菜	生野菜	
果物	パイナップル	オレンジ	パイナップル	オレンジ	パイナップル	オレンジ
嗜好品	しば漬け	福神漬け・らっきょう	しば漬け	しば漬け	福神漬け・らっきょう	しば漬け
ドリンク	緑茶・烏龍茶・コーヒー・果汁ドリンク・野菜と果実のジュース・牛乳					
夕食	献立No.1	献立No.2	献立No.3	献立No.4	献立No.5	献立No.6
主食	ごはん（広島県産ブレンド国産米）					
汁物	春雨スープ	澄まし汁	豆腐スープ	ミネストローネ	オニオンスープ	中華スープ
おかず	ひき肉ともやしの塩炒め	マカロニレモンクリーム煮	肉団子の醤油あんからめ	ひき肉と玉ねぎのソース炒め	焼きそば	照り焼きハンバーグ
	チキンカツ	チキンナゲット	メンチカツ	鶏の南蛮漬け	トンカツ	アジフライ
	玉ねぎのピザ風焼き	揚げなすの味噌炒め	春雨の中華煮	レンコンとこんにゃくのきんぴら	海苔ポテト	揚げなすのおひたし
	蒸しさつま芋（きなこ風味）	焼き厚揚げ（醤油マヨネーズ）	おはっすん	蒸しさつま芋（シナモン風味）	ゴーヤチャンプル	高野豆腐の煮物
	高野豆腐の玉子とじ	インゲンマヨネーズ和え	キャベツとコーンの中華和え	厚揚げの煮物	玉ねぎのスタミナ焼き	蒸し南瓜
	カリフラワーゆかり和え	塩蒸し空豆	玉葱とちりめんのおひたし	豆腐とオクラのかつお和え	ワカメとレタスの中華サラダ	もやしとツナの中華和え
	コーンサラダ	もやしの塩たれ和え	マカロニサラダ	塩蒸し空豆	ブロッコリーのおひたし	シルバーサラダ
生野菜	生野菜	生野菜	生野菜	生野菜	生野菜	
デザート	杏仁豆腐	ぶどうゼリー	野菜ジュースのゼリー	杏仁豆腐	ぶどうゼリー	野菜ジュースのゼリー
嗜好品	刻み高菜・つぼ漬け・ふりかけ					
ドリンク	緑茶・烏龍茶・コーヒー・果汁ドリンク・野菜と果実のジュース・牛乳					

で書かれたメニューは旬の食材を取り入れたメニューです

で書かれたメニューは広島の食材を使ったメニューです

上記2種の表示が重複した箇所は青文字で表示してあります

※仕入れ等の都合によりメニューの一部が変更になる場合があります、ご了承ください

7月旬の食材

インゲン・おくら・かぼちゃ・きくらげ・きゅうり・大葉・とうもろこし・トマト・なす・ゴーヤ・レタス・枝豆