

バイキングメニュー表 2017

11月

国立江田島青少年交流の家 レストラン

提供日	4・10・16・22・28	5・11・17・23・29	6・12・18・24・30	1・7・13・19・25	2・8・14・20・26	3・9・15・21・27
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 コーンスープ	味噌汁 わかめスープ	味噌汁 コーンスープ	味噌汁 わかめスープ	味噌汁 コーンスープ
おかず	ポイルウィンナー	もやしときくらげの中華炒め	ひじきの煮物	ポイルウィンナー	ミートボールケチャップ煮	カリフラワーとウィンナーのコンソメ煮
	ちりめん炒り卵	ベーコンエッグ	オムレツミートソース	かにかま玉炒め	きのこ玉子炒め	オムレツマトソース
	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	きんぴら蓮根	昆布と大豆の煮物	きんぴらこんにゃく
	蒸しじゃが芋のごまドレかけ	ししゃもの天ぷら	竹輪の磯辺揚げ	高野豆腐の煮物	さばの塩焼き	竹輪の照り煮
	かにかまサラダ	ほうれん草とりんごのサラダ	ちんげんさいの胡麻和え	もやしときこの中華和え	ほうれん草ともやしのナムル	玉ねぎとりんごのサラダ
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）					
種類	あさりクリームスープパスタ	醤油ラーメン (わかめ・もやし・ねぎ)	大豆うどん (大豆・わかめ・ねぎ)	味噌ラーメン (わかめ・コーン・ねぎ)	きつねそば (わかめ・油揚げ・ねぎ)	たぬきうどん (揚玉・わかめ・ねぎ)
ご飯類	チキンカレー	チャーシュー混ぜご飯	鶏五目ご飯	ポークカレー	鮭ご飯	中華丼
おかず	肉団子のオーロラソース	春巻き	メンチカツ	チキンナゲット	照り焼きハンバーグ	イカリングフライ
	白身魚フライ	さんまのカレー煮	さばの照り焼き	さんまの生姜煮	ししゃもフライ	さば味噌煮
	人参しりしり	蒸し里芋のちりめんがけ	大根おろし	枝豆	中華ポテト(ごま)	高野豆腐の煮物
	カリフラワーのおひたし	チリピーズ	中華ポテト(きなこ)	かぼちゃサラダ	きのこキャベツのおひたし	大根とちりめんのゆかり和え
	ちんげんさいの塩昆布和え	白菜の中華和え	春雨ナムル風	カリフラワーのレモン和え	オクラのとろろ和え	ブロッコリーのチーズドレかけ
生野菜	生野菜	生野菜	生野菜	生野菜	生野菜	
果物	りんご	みかん	りんご	みかん	りんご	みかん
嗜好品	福神漬け・らっきょう	紅生姜	しば漬け	福神漬け・らっきょう	しば漬け	紅生姜
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	えびチャーハン	チキンライス	ハヤシライス	麻婆豆腐丼	チャーシュー混ぜご飯	ハヤシライス
汁物	春雨スープ	ウィンナーシチュー	コンソメスープ	澄まし汁	あんかけラーメン	玉子スープ
おかず	ハンバーグきのこソース	トンカツ	鶏天ぷらのみぞれがけ	豚肉と白菜の中華味噌炒め	チキンカツ	鶏肉のカレー揚げ
	アジのレモン漬け	さわらのレモン煮	竹の子のバター醤油炒め	コーン入りイカハンバーグ	さわらのレモン煮	揚げなすのみぞれ和え
	厚揚げの煮物	大根おろし	きのこの卵とじ	バイクドポテト(たらこマヨネーズ)	おはっすん	バイクドポテト(味噌マヨネーズ)
	ひき肉と玉ねぎのソース炒め	揚げなすのおひたし	玉ねぎとちりめんのチーズ焼き	こんにゃく七味煮	人参しりしり	がんもの煮物
	さつま芋サラダ	カリフラワーの塩レモン和え	大根サラダ	枝豆と豆腐の中華サラダ	白菜おなか和え	蒸し南瓜
	もやしの中華和え	空豆のマスタード和え	いんげんとツナのマヨ和え	ブロッコリーのおなか和え	わかめサラダ	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	いちごゼリー	野菜ジュースのゼリー	杏仁豆腐	いちごゼリー	野菜ジュースのゼリー
嗜好品1	つぼ漬け・高菜漬け	つぼ漬け・高菜漬け	福神漬け・らっきょう	つぼ漬け・高菜漬け	つぼ漬け・高菜漬け	福神漬け・らっきょう
嗜好品2	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

11月旬の食材

かぼちゃ、カリフラワー、きのこ類、さつま芋、さといも、じゃが芋、大根、ちんげんさい、人参、白菜、ブロッコリー、ほうれん草、蓮根、さば、さわら、ししゃも、みかん、りんご