

バイキングメニュー表 2018

1月

国立江田島青少年交流の家 レストラン

提供日	5・11・17・23・29	6・12・18・24・30	7・13・19・25・31	8・14・20・26	9・15・21・27	10・16・22・28
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）					
汁物	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	かにかま玉子炒め	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	わかさぎの天ぷら	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	菜の花の胡麻和え	もやしときのこの中華和え	ほうれん草ともやしのナムル	白菜のおかか和え
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	菜の花とあさりの 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)	坦々麺
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	かにかまご飯
おかず	肉団子のオーロラソース	揚げシュウマイ	メンチカツ	チキンナゲット	照り焼きハンバーグ	ミートコロッケ
	白身魚フライ	さんまの塩焼き	さばの照り焼き	さわらの生姜煮	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	大根とツナの中華サラダ	大根とちりめんのゆかり和え
	蒸し野菜の塩昆布和え	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	菜の花のとろろ和え	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	中華丼	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	かき玉うどん	コンソメスープ
おかず	ハンバーグマトソース	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
	アジフライ	さわらのレモン煮	竹の子のバター醤油炒め	揚げ餃子	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	こんにゃく七味煮	玉ねぎとちりめんのチーズ焼き	厚揚げとかつおの煮物	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	春菊のおひたし	蒸し南瓜
	春菊の胡麻和え	空豆のマスタード和え	いんげんとツナのマヨ和え	ブロッコリーのおかか和え	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

1月旬の食材

カリフラワー、キャベツ、春菊、セロリ、大根、山芋、菜の花、
白菜、ブロッコリー、ほうれん草、蓮根、さわら、わかさぎ、みかん