

バイキングメニュー表 2017

12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	6・12・18・24	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 ちりめん炒り卵 れんこんといんげん炒め 蒸しじゃが芋のごまドレかけ かにかまサラダ 生野菜	もやしときくらげの中華炒め ベーコンエッグ がんもの煮物 ししゃもの天ぷら ほうれん草とりんごのサラダ 生野菜	ひじきの煮物 オムレツミートソース 中華野菜のオイスター炒め 竹輪の磯辺揚げ ちんげんさいの胡麻和え 生野菜	ポイルウィンナー かにかま玉子炒め きんぴら蓮根 高野豆腐の煮物 もやしときこの中華和え 生野菜	ミートボールケチャップ煮 きのこ玉子炒め 昆布と大豆の煮物 さばの塩焼き ほうれん草ともやしのナムル 生野菜	カリフラワーとウィンナーのコンソメ煮 オムレツマトソース きんぴらこんにゃく 竹輪の照り煮 玉ねぎとりんごのサラダ 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 白身魚フライ 人参しりしり カリフラワーのおひたし ちんげんさいの塩昆布和え 生野菜	春巻き さんまのカレー煮 蒸し里芋のちりめんがけ チリピーズ 白菜の中華和え 生野菜	メンチカツ さばの照り焼き 大根おろし 中華ポテト(きなこ) 春雨ナムル風 生野菜	チキンナゲット さんまの生姜煮 枝豆 かぼちゃサラダ カリフラワーのレモン和え 生野菜	照り焼きハンバーグ ししゃもフライ 中華ポテト(ごま) きのこキャベツのおひたし オクラのとろろ和え 生野菜	イカリングフライ さば味噌煮 高野豆腐の煮物 大根とちりめんのゆかり和え ブロッコリーのチーズドレかけ 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 春雨スープ	チキンライス ウィンナーシチュー	ハヤシライス コンソメスープ	麻婆豆腐丼 澄まし汁	チャーシュー混ぜご飯 あんかけラーメン	ハヤシライス 玉子スープ
おかず	ハンバーグきのこソース アジのレモン漬け 厚揚げの煮物 ひき肉と玉ねぎのソース炒め さつま芋サラダ もやしの中華和え 生野菜	トンカツ さわらのレモン煮 大根おろし 揚げなすのおひたし カリフラワーの塩レモン和え 空豆のマスタード和え 生野菜	鶏天ぷらのみぞれがけ 竹の子のバター醤油炒め きのこの卵とじ 玉ねぎとちりめんのチーズ焼き 大根サラダ いんげんとツナのマヨ和え 生野菜	豚肉と白菜の中華味噌炒め コーン入りイカハンバーグ バイクドポテト(たらこマヨネーズ) こんにゃく七味煮 枝豆と豆腐の中華サラダ ブロッコリーのおかか和え 生野菜	チキンカツ さわらのレモン煮 おはっすん 人参しりしり 白菜おかか和え わかめサラダ 生野菜	鶏肉のカレー揚げ 揚げなすのみぞれ和え バイクドポテト(味噌マヨネーズ) がんもの煮物 蒸し南瓜 シルバーサラダ 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