

# バイキングメニュー表 2018

12月

国立江田島青少年交流の家 レストラン

提供日	3・9・15・21・27	4・10・16・22・28	5・11・17・23	6・12・18・24	1・7・13・19・25	2・8・14・20・26
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 中華スープ	味噌汁 コンソメスープ	味噌汁 中華スープ	味噌汁 コンソメスープ	味噌汁 中華スープ	味噌汁 コンソメスープ
おかず	じゃが芋としめじのマヨネーズ焼き	ミートボールのトマト煮	カリフラワーとベーコンのコンソメ煮	じゃが芋としめじのチーズ焼き	ミートボールのトマト煮	キャベツとベーコンのオイスター炒め
	サーモンエッグ	きのこことウィンナーの炒り玉子	オムレツ	スクランブルエッグ	そぼろ豆腐	オムレツ
	がんもの煮物	ひじきの紫蘇煮	大豆のミートソース	がんもの煮物	昆布の煮物	大豆のミートソース
	白菜と蓮根の塩炒め	焼きししゃも	竹輪の醤油煮	白菜と蓮根の塩炒め	焼きししゃも	竹輪の醤油煮
	玉ねぎとちりめんのおひたし	大根サラダ	もやしのおかか和え	玉ねぎとちりめんのおひたし	ほうれん草と蓮根の中華和え	もやしのおかか和え
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（玉子・たらこ・かつお）					
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	きのこスープの Pasta	麻婆豆腐麺	大豆うどん （大豆・わかめ・ねぎ）	ベーコンと野菜スープ Pasta	坦々麺	たぬきそば （揚げ玉、わかめ、ねぎ）
ご飯類	ビーンズカレー	ちりめんわかめごはん	ハヤシライス	チャーシューときのこご飯	鮭高菜ご飯	アサリときのこご飯
おかず	コロッケ	揚げ餃子	メンチカツ	チキンナゲット	コロッケ	揚げシューマイ
	アジのレモン漬け	さんまの生姜煮	さわらの味噌煮	さばの塩焼き	さんまの塩焼き	さばのごま焼き
	大豆団子の辛味噌煮	蒸しさつま芋レモン風	なめこおろし	大豆団子のオイスター煮	蒸しさつま芋レモン風	高野豆腐の煮物
	切り干し大根とちりめんのゆかり和え	カリフラワーのレモンマリネ	中華ポテトきなこ風味	切り干し大根とちりめんのゆかり和え	ビーンズコンソメ煮	中華ポテトきなこ風味
	ブロッコリーのおひたし	ほうれん草と蓮根の中華和え	白菜と油揚げのおひたし	ブロッコリーのおひたし	わかめときゅうりの酢の物	白菜と油揚げのおひたし
生野菜	生野菜	生野菜	生野菜	生野菜	生野菜	
果物	りんご	りんご	りんご	りんご	りんご	りんご
嗜好品	福神漬け・らっきょう	紅生姜	福神漬け・らっきょう	しば漬け	紅生姜	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	大豆もふりご飯	ソースご飯	鶏きのことご飯	麻婆豆腐ご飯	ビーンズカレー	ハヤシライス
汁物	澄まし汁	玉子スープ	わかめスープ	澄まし汁	わかめスープ	わかめスープ
おかず	おろしソースひとくちハンバーグ	鶏の天ぷらレモンマヨネーズ	トンカツ	デミグラスひとくちハンバーグ	鶏の天ぷらレモンマヨネーズ	チキンカツ
	白身魚フライ	さばの生姜煮	アジのマリネ	ししゃもフライ	さわらのレモン煮	焼きししゃも
	里芋の味噌マヨネーズ和え	切干大根の昆布煮	汁無し坦々麺	里芋の味噌マヨネーズ和え	おはっすん	なめこおろし
	ちりめんとわかめの酢の物	レンコンと刻みさつま揚げの煮物	豆腐と大根サラダ	ちりめんとわかめの酢の物	レンコンと刻みさつま揚げの煮物	豆腐と大根サラダ
	きのここと野菜のおかか和え	ブロッコリーごまドレサラダ	蒸しかぼちゃ	きのここと野菜のおかか和え	カリフラワーのレモンマリネ	蒸しかぼちゃ
生野菜	生野菜	生野菜	生野菜	生野菜	生野菜	
果物	みかん	みかん	みかん	みかん	みかん	みかん
デザート	杏仁豆腐	イチゴゼリー	ぶどうゼリー	杏仁豆腐	イチゴゼリー	ぶどうゼリー
嗜好品1	つぼ漬け・高菜漬け	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	紅生姜	福神漬け・らっきょう
嗜好品2	ふりかけ（玉子・たらこ・かつお）					
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県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

12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、大根、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