

バイキングメニュー表 2019

1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 中華スープ	味噌汁 コーンスープ	味噌汁 中華スープ	味噌汁 コーンスープ	味噌汁 中華スープ	味噌汁 コーンスープ
おかず	じゃが芋とほうれん草のマヨネーズ焼き サーモンエッグ がんもの煮物 白菜とれんこんの塩炒め 菜の花とちりめんのおひたし 生野菜	ミートボールのトマト煮 ブロッコリーとウィンナーの炒り玉子 ひじきの紫蘇煮 鯖の塩焼き 大根サラダ 生野菜	カリフラワーとベーコンのコンソメ煮 オムレツ 大豆そぼろのレモンクリーム 竹輪の醤油煮 もやしとセロリのおかか和え 生野菜	じゃが芋とほうれん草のチーズ焼き ツナエッグ がんもの煮物 白菜とれんこんの塩炒め 菜の花とちりめんのおひたし 生野菜	ミートボールのトマト煮 そぼろ豆腐 昆布の煮物 鯖の塩焼き 春菊とれんこんの中華和え 生野菜	キャベツとベーコンのオイスター炒め オムレツ 大豆のミートソース 竹輪の醤油煮 もやしとセロリのおかか和え 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	レモンクリームスパゲティ	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パスタ	坦々麺	とろろとわかめそば （やまいも、わかめ、ねぎ）
ご飯類	チキンカレー	ちりめんわかめごはん	ハヤシライス	チャーシューと菜の花ご飯	鮭高菜ご飯	アサリとほうれん草ご飯
おかず	コロッケ ワカサギのレモン漬け 大豆団子の辛味噌煮 切り干し大根とちりめんのゆかり和え ブロッコリーのおひたし 生野菜	蒸しシュウマイ あじの南蛮漬け 蒸しさつま芋 カリフラワーのレモンマリネ 春菊と蓮根の中華和え 生野菜	メンチカツ さわらの味噌煮 大根おろし 中華ポテトきなこ風味 白菜と油揚げのおひたし 生野菜	チキンナゲット ワカサギの中華和え 大豆団子のレモンクリーム煮 切り干し大根とちりめんのゆかり和え ブロッコリーのおひたし 生野菜	コロッケ コーン入りイカハンバーグ 蒸しさつま芋 ビーンズコンソメ煮 わかめとセロリの酢の物 生野菜	揚げシュウマイ さばのごま焼き 高野豆腐の煮物 中華ポテトきなこ風味 白菜と油揚げのおひたし 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	鶏とれんこんご飯	麻婆豆腐ご飯	カレーライス	ハヤシライス
おかず	澄まし汁 おろしソースひとくちハンバーグ 白身魚フライ 里芋の味噌マヨネーズ和え ちりめんとわかめの酢の物 ほうれん草と野菜のおかか和え 生野菜	玉子スープ 鶏の天ぷらレモンマヨネーズ コーン入りイカハンバーグ 切干大根の昆布煮 レンコンと刻みさつま揚げの煮物 ブロッコリーごまドレサラダ 生野菜	わかめスープ トンカツ 焼きししゃも 汁無し坦々麺 豆腐と大根サラダ 蒸しかぼちゃ みかん	澄まし汁 デミグラスひとくちハンバーグ サーモンフライ 里芋の味噌マヨネーズ和え ちりめんとわかめの酢の物 ほうれん草と野菜のおかか和え みかん	玉子スープ 鶏の天ぷらレモンマヨネーズ さわらのレモン煮 おはっすん レンコンと刻みさつま揚げの煮物 カリフラワーのレモンマリネ みかん	わかめスープ チキンカツ 焼きししゃも 大根おろし 豆腐と大根サラダ 蒸しかぼちゃ みかん
デザート	杏仁豆腐	野菜ジュースのゼリー	ぶどうゼリー	杏仁豆腐	野菜ジュースのゼリー	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産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・レンコン・さわら・わかさぎ・みかん