

# バイキングメニュー表 2019

11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	1・7・13・19・25	2・8・14・20・26	3・9・15・21・27	4・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) 食パン・ロールパン・レーズンパン					
汁物	味噌汁 コーンスープ	味噌汁 コーンスープ	味噌汁 コーンスープ	味噌汁 コーンスープ	味噌汁 コーンスープ	味噌汁 コーンスープ
おかず	肉団子のきのこソース うすら卵 がんもの煮物 大豆と野菜のレモン醤油炒め もやしの梅ちりめん和え 生野菜	蒸しさつまいものきな粉和え ウインナーエッグ ひじきの紫蘇煮 れんこんと刻みさつま揚げの煮物 わかめサラダ 生野菜	サーモンマッシュポテト オムレツ 大豆のミートソース ちくわの醤油煮 ブロッコリーごまドレッシング 生野菜	肉団子のおろしソース うすら卵の醤油煮 がんもの煮物 大豆と野菜のレモン醤油炒め もやしの梅ちりめん和え 生野菜	きのこ野菜のマヨネーズ焼き ウインナーエッグ 昆布の煮物 れんこんと刻みさつま揚げの煮物 わかめサラダ 生野菜	ベーコンマッシュポテト オムレツ 大豆のミートソース ちくわの醤油煮 ブロッコリーごまドレッシング 生野菜
果物	グレープフルーツ	グレープフルーツ	グレープフルーツ	グレープフルーツ	グレープフルーツ	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・マーメイド・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	きのこかき玉うどん	ほうれん草とベーコンのスパゲティ	醤油ラーメン	たぬきうどん	スパゲティミートソース	味噌ラーメン
ご飯類	とりごぼろご飯	ちりめんゆかりご飯	ハヤシライス	とりごぼろご飯	鮭ご飯	チャーシューとほうれん草ご飯
おかず	大豆から揚げ さばの照り焼き かぼちゃのそぼろ煮 白菜の昆布和え ブロッコリーのおひたし 生野菜	揚げ餃子 さわらのレモン煮 たらこじゃがいも ピーンズマヨネーズ焼き カリフラワーのおかか和え 生野菜	春巻き さんま塩焼き 厚揚げの煮物 中華ポテト コーンサラダ 生野菜	大豆から揚げ さばの照り焼き かぼちゃのそぼろ煮 白菜の昆布和え ブロッコリーのおひたし 生野菜	メンチカツ さわらのレモン煮 里芋の煮物 ピーンズマヨネーズ焼き カリフラワーのおかか和え 生野菜	揚げシュウマイ さんま塩焼き 高野豆腐の煮物 中華ポテト こんにゃくサラダ 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	しば漬	紅生姜	福神漬・らっきょう	しば漬	しば漬	しば漬
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	シーフードカレー	豆腐の中華丼	ソースご飯	かぼちゃカレー	中華丼	ハヤシライス
おかず	照り焼きひとくちハンバーグ 白身魚フライ おはっすん ちりめんわかめの酢の物 大根の大葉和え 生野菜	鶏の天ぷらレモンマヨネーズ コーン入りイカバーグ 里芋の煮物 こんにゃくサラダ ほうれん草のゴマドレサラダ 生野菜	トンカツ 焼きししゃも マカロニペペロンチーノ 焼きししゃも 生野菜	デミグラスひとくちハンバーグ サーモンフライ おはっすん ちりめんわかめの酢の物 大根の大葉和え 生野菜	鶏肉の南蛮漬 コーン入りイカバーグ 厚揚げの煮物 さつまいもサラダ ほうれん草のゴマドレサラダ 生野菜	チキンカツ 焼きししゃも 焼きビーフン かぼちゃとツナのサラダ れんこんのレモンマリネ 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	福神漬・らっきょう	紅生姜	つぼ漬・高菜漬	福神漬・らっきょう	紅生姜	福神漬・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

## 11月旬の食材

きのこ類・かぼちゃ・カリフラワー・さといも・さつまいも・じゃがいも・大根・白菜・ブロッコリー・ほうれん草・れんこん・みかん・りんご・鮭・さば・ししゃも