

磐梯青少年交流の家 7月メニュー



野菜をいっぱい食べよう！旬の食材ならおいしさも栄養もUP！
食堂で探してみてください☆



分類	NO. 1	NO. 2	NO. 3	NO. 4	NO. 5	
提供日	1日 6日 11日 16日 21日 26日 31日	2日 7日 12日 17日 22日 27日	3日 8日 13日 18日 23日 28日	4日 9日 14日 19日 24日 29日	5日 10日 15日 20日 25日 30日	
朝食	おかず	白身魚フライ	野菜とウインナーのコンソメ煮	ミートボール テリヤキソース	白身魚フライ	ミートボール 中華ソース
	おかず	コーンスクランブル	オムレツ オクラあんかけ	夏野菜の卵とじ	トマト入りスクランブル	小松菜の卵とじ
	おかず	野菜炒め	パンネのソテー	花野菜のソテー	パンネのバジルソテー	キャベツのクリーム煮
	おかず	ひじきの煮物	切干大根	卵の花	切干大根	卵の花
共通メニュー 会津産ブレンド米・おかゆ・味噌汁・納豆・漬物・ふりかけ・パン・ジャム・マーガリン・千切りキャベツ・フリードリンク・会津産牛乳						
昼食	麺類	会津の恵み ばんだい★冷製パスタ	カルボナーラ風うどん	おほかマヨパスタ	冷やし中華	チャプチェ
	ご飯類	茶めし	梅風味ご飯	会津の恵み ばんだい★ピラフ	枝豆ご飯	ビビンバ風ご飯
	おかず	春巻	アジフライ	ソーセージカツ	メンチカツ	ソーセージカツ
	おかず	スタミナ炒め	冷奴	ゴーヤチャンプルー	野菜といかの中華炒め	ポテトのチーズ焼き
	おかず	マーボ茄子	ラタトゥユ	大根とえんどうの煮物	かぼちゃの煮物	とうがんのそぼろあん
	デザート	冷ししるこ	黒蜜フルーツカクテル	冷ししるこ	黒蜜フルーツカクテル	抹茶ゼリー
	汁物	コーンスープ	酸ラースープ	コーンスープ	酸ラースープ	わかめスープ
共通メニュー 会津産ブレンド米 ・ 出し風ネバネバあん ・ 漬物 ・ 千切りキャベツ ・ フリードリンク ・ 会津産牛乳						
夕食	麺類	焼きフォー(しょうゆ味)	屋台風焼きそば	焼きビーフン	フォーと野菜の炒め	レモン塩焼きそば
	ご飯類	夏野菜のカレー	黒カレー	ココナッツカレー	麻婆ソース	ばんだいオリジナル スープカレー
	おかず	ハンバーグ ユウリンチ風	カツのおろしダレ	ハンバーグ レモンバターソース	かに玉 甘酢あんかけ	カツの卵あんかけ
	おかず	イカカツ	ショーロンポー	肉じゃがフライ	野菜の肉詰めフライ	蒸しギョーザ
	おかず	ザーサイとブロッコリーの炒め	バジルマッシュ	チリコンカン	もんじゃ風マッシュ	ズッキーニのバターソテー
	おかず	ポテトサラダ	春雨サラダ	ごぼうサラダ	春雨サラダ	ごぼうサラダ
	デザート	ミニゼリー	フルーチェ	ミニゼリー	ベジタブルゼリー(人参)	フルーチェ
共通メニュー 会津産ブレンド米 ・ 日替りパスタ ・ 味噌汁 ・ 漬物 ・ 千切りキャベツ ・ フリードリンク ・ 会津産牛乳						

おすすめメニューです

🌶️ マークの付いているメニューはピリ辛メニューです。

※ご提供する食材については、安全（放射線量等）を確認しています。