

磐梯青少年交流の家 12月メニュー 冬メニュー

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	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	5日 10日 15日 20日 25日	
朝食	おかず	手造りさつま揚げの生姜醤油	ミートボール 中華ソース	白身魚フライ	野菜とウィンナーのコンソメ煮	和風ミートボール
	おかず	コーンスクランブル	お麩の卵とじ	和風スクランブル	オムレツ 中華ソース	小松菜の卵とじ
	おかず	パンネのソテー	こんにゃくのピリ辛炒め	花野菜ソテー	パンネのソテー	野菜炒め
	おかず	切干大根	卵の花	ひじきの煮物	切干大根	卵の花
共通メニュー 会津米入りブレンド米・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・牛乳						
昼食	麺類	サンマーメン	あんかけカレーうどん	スパゲッティミートソース	あんかけ明太うどん	会津の恵み ばんだい★パスタ
	おかず	アジフライ	豆腐のひき肉包み揚げ	ソーセージカツ	アジフライ	ソーセージカツ
	おかず	ビビンバ和え	春菊とレンコンの炒め	わかめのツナ和え	野菜ときのこのクリーム煮	ポテトと鮭のホクホク和え
	おかず	大根のそぼろあん	かぼちゃのいところ煮	おでん風煮物	ちくわとキャベツのマヨ炒め	花野菜のコンソメ煮
	おかず	ねばねば和え(納豆)	ねばねば和え(オクラ)	ねばねば和え(もずく)	ねばねば和え(納豆)	ねばねば和え(オクラ)
	デザート	抹茶ゼリー	黒蜜フルーツカクテル	あずき寒天	黒蜜フルーツカクテル	あずき寒天
	汁物	コーンスープ	わかめスープ	コーンスープ	酸ラースープ	わかめスープ
共通メニュー 会津米入りブレンド米 ・ 日替り野菜あんかけ ・ 漬物 ・ 千切りキャベツ ・ フリードリンク ・ 牛乳						
夕食	麺類	イカスミペペロンチーノ	五目やきそば	フォークグラタン	ソース焼きそば	焼きフォー
	ご飯類	フィッシュカレー	ばんだいオリジナル スープカレー	黒カレー	白べこカレー	ばんだいオリジナル スープカレー
	おかず	さくさくメンチカツ	会津ソースカツ風	つくねハンバーグのテリヤキソース	カツの卵とじ風	つくねハンバーグのクリーム煮込み
	おかず	ポークチャップ	水餃子	鮭フライ	シューマイの和風あんかけ	昔なつかしコロケ
	おかず	青のりマッシュ	チリコンカン	小松菜のバターソテー	マッシュポテト	チリコンカン
	おかず	春雨サラダ	ごぼうサラダ	春雨サラダ	ごぼうサラダ	ひじきサラダ
	デザート	フルーチェ	ミニゼリー	ベジタブルゼリー(ほうれん草)	フルーチェ	ミニゼリー
共通メニュー 会津米入りブレンド米 ・ 味噌汁 ・ 漬物 ・ 千切りキャベツ ・ フリードリンク ・ 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。