



能登青少年交流の家 食堂メニュー

2022年12月・2023年1月



	NO. 1	NO. 2	NO. 3	NO. 4	NO. 5	NO. 6	
12月提供日	5・11・17・23・29	6・12・18・24・30	1・7・13・19・25・31	2・8・14・20・26	3・9・15・21・27	4・10・16・22・28	
1月提供日	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	主食1	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	
	主食2	パン	パン	パン	パン	パン	
	汁物	味噌汁	味噌汁	味噌汁	味噌汁	味噌汁	
	おかず	納豆	かつおフレーク	納豆	かつおフレーク	納豆	
	おかず	ツナポテト	ミートボール	豆アジの唐揚げ	肉団子の照焼き	鮭フレーク	
	おかず	オムレツ	スクランブルエッグ	ミックススクランブルエッグ	オムレツ	スクランブルエッグ	
	おかず	きんぴらごぼう	ひじきの煮物	切干大根の煮物	きんぴらごぼう	ひじきの煮物	
	おかず	マカロニサラダ	ポテトサラダ	マカロニサラダ	ポテトサラダ	マカロニサラダ	
フルーツ	フルーツ	フルーツ	フルーツ	フルーツ	フルーツ		
共通メニュー	コールスロー・漬物・ジャム・マーガリン・ふりかけ・フリードリンク						
昼食	主食	ひじきわかめご飯	ご飯	菜飯	ご飯	高菜ご飯	
	種類1		★味噌ラーメン		★きつねうどん		
	種類2	キノコとベーコンのスパゲティ	焼きビーフン	ほうれん草とベーコンのスパゲティ	マカロニのペペロンチーノ	なすのミートソーススパゲティ	★たぬきうどん
	汁物	お吸い物	わかめスープ	お吸い物	ミネストローネ	お吸い物	ベジタブルスープ
	おかず	コロッケ	アジフライ	メンチカツ	コロッケ	アジフライ	メンチカツ
	おかず	水餃子	しゅうまい	挽き肉とピーマンのボン酢炒め	水餃子	肉じゃが	豚肉と青菜の塩炒め
	おかず	カボチャの煮物	高野豆腐の煮物	なすのオランダ煮	カボチャの煮物	コーンソテー	なすのオランダ煮
	おかず	ごぼうサラダ	春雨サラダ	ごぼうサラダ	春雨サラダ	ごぼうサラダ	春雨サラダ
デザート	フルーツ寒天ゼリー	杏仁豆腐	フルーツ白玉	フルーツ寒天ゼリー	杏仁豆腐	フルーツ白玉	
共通メニュー	コールスロー・日替わり野菜・漬物・ふりかけ・フリードリンク						
夕食	主食	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	
	種類	焼きうどん	焼きそば	明太子スパゲティ	ペンネカレーソース	トマトソーススパゲティ	ナポリタンスパゲティ
	汁物	味噌汁	味噌汁	味噌汁	味噌汁	味噌汁	味噌汁
	おかず	チキンソースカツ	ハンバーグ(トマトソース)	みそかつ	チキンカツ	ハンバーグ(ジンジャーソース)	イカカツ
	おかず	ジャーマンポテト	白身魚フライ	麻婆白菜	豚肉の生姜焼き	ささみのしそ巻きフライ	ウインナー
	おかず	なすの煮びたし	肉じゃが	コーンソテー	里芋とこんにゃくの煮物	高野豆腐の煮物	肉団子のポトフ風
	おかず	カボチャサラダ	スパゲティサラダ	カボチャサラダ	スパゲティサラダ	カボチャサラダ	大根とゆず皮の甘酢和え
	おかず	白菜の胡麻和え	フライドポテト	きんぴらレンコン	いんげんの胡麻和え	イタリアンサラダ	きんぴらレンコン
デザート	★ゼリー	★ヨーグルト	★プリン	★ゼリー	★ヨーグルト	★プリン	
共通メニュー	コールスロー・日替わり野菜・漬物・ふりかけ・フリードリンク						

*ご利用日の食堂の総利用者数が規定数(30食)に満たない場合、バイキングではなく、盛付や一部個食での提供になる場合がございます。

仕入れの都合により、一部変更になる場合がございます。ご了承ください。★は、お一人様1個とさせていただきます