

葛川少年自然の家食事メニュー

令和6年3月19日

| 朝 食 | | 昼 食 | | 夕 食 | |
|-----------------|--|----------------|---|----------------|--|
| ハンバーグ朝食 | ご飯 ハンバーグ(ケチャップソース) ブロッコリーのおかか和え ひじき豆 味噌汁 (わかめ、玉ねぎ、おつゆ麩) 牛乳 | カツカレー昼食 | カレーライス とんかつ コールスローサラダ | 豚じゃが夕食 | ご飯 豚じゃが 白身魚フライ 野菜ビーフン 蒸しシューマイ 切干大根とツナのマヨサラダ 豆腐スープ ももゼリー |
| グリルチキン朝食 | ご飯 グリルチキン ブロッコリーのおかか和え 味噌汁 (わかめ、玉ねぎ、おつゆ麩) 牛乳 | 中華丼昼食① | 中華丼 春巻き 蒸しシューマイ 春雨スープ りんごゼリー | メンチカツ夕食 | ご飯 メンチカツ 野菜ビーフン 蒸しシューマイ 切干大根とツナのマヨサラダ 豆腐スープ ももゼリー |
| パン朝食 | コッペパン マーガリン ハンバーグ(ケチャップソース) ブロッコリーのおかか和え コンソメスープ (玉ねぎ、人参、パセリ) 牛乳 | 中華丼昼食② | 中華丼 白身魚フライ 蒸しシューマイ 春雨スープ りんごゼリー | から揚げ夕食 | ご飯 鶏唐揚げ(モモ) 野菜ビーフン 蒸しシューマイ 切干大根とツナのマヨサラダ 豆腐スープ ももゼリー |
| / | | / | | / | |

野外炊事

| ポークカレー | きのこご飯・みそ汁 |
|------------------|---------------------------|
| ご飯、ポークカレー、りんごゼリー | きのこご飯(まいたけ・しめじ)、豚汁、りんごゼリー |