

# 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