

奥越高原青少年自然の家 4 月～6 月献立

日付	4/1, 3, 5, 7, 9, 11, 13, 15, 17, 19, 21, 23, 25, 27, 29 5/1, 3, 5, 7, 9, 11, 13, 15, 17, 19, 21, 23, 25, 27, 29, 31 6/2, 4, 6, 8, 10, 12, 14, 16, 18, 20, 22, 24, 26, 28, 30	4/2, 4, 6, 8, 10, 12, 14, 16, 18, 20, 22, 24, 26, 28, 30 5/2, 4, 6, 8, 10, 12, 14, 16, 18, 20, 22, 24, 26, 28, 30 6/1, 3, 5, 7, 9, 11, 13, 15, 17, 19, 21, 23, 25, 27, 29
	A	B
朝食	ごはん	ごはん
	味噌汁	味噌汁
	鯖塩焼き	ミートオムレツ
	ハムステーキ	肉団子
	カップ納豆	カップめかぶ
	ポテトサラダ	マカロニサラダ
	せんキャベツ	せんキャベツ
昼食	マーボー豆腐丼	ハヤシライス
	中華スープ	マカロニサラダ
夕食	ごはん	ごはん
	ハンバーグ	白身魚磯フライ
	ステーキソース	タルタルソース
	ポタージュスープ	オニオンスープ
	ナポリタンスパゲティ	ソース焼きそば
	茹でとうもろこし	三角春巻き
	揚げポテト(のり塩和え)	ポテトサラダ
	ビビンバナムル	トマト・さつま揚げ煮
	茹でブロッコリー	ボイルキャベツ
		オレンジゼリー