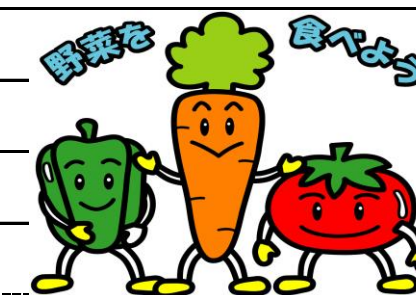




信州高遠青少年自然の家

ログちゃん食堂 盛付メニュー

12月提供日		1・4・7・10・13・16・19・22・25・28	2・5・8・11・14・17・20・23・26	3・6・9・12・15・18・21・24・27
1月提供日		4・7・10・13・16・19・22・25・28・31	5・8・11・14・17・20・23・26・29	6・9・12・15・18・21・24・27・30
分類		NO.1	NO.2	NO.3
朝食	主食①	ご飯	ご飯	ご飯
	汁物①	お麩とわかめの味噌汁	トマトスープ	野菜のコンソメスープ
	主菜①	ボイルウインナー	ベーコンソテー	ミートボールの照焼き
	主菜②	さばの塩焼き	スクランブルエッグ	ほうれん草チーズオムレツ
	副菜①	大根のそぼろあん	マカロニサラダ	きんぴらごぼうサラダ
	共通メニュー	・ コールスロー・フルーツ・納豆・ふりかけ・フリードリンク		
昼食	主食①	屋台風焼きそば、ご飯	ログちゃん特製カレー、ご飯	ミートソーススパゲティ、ご飯
	汁物①	卵とねぎの中華スープ	豆腐となめこの味噌汁	えのきのお澄まし
	主菜①	メンチカツ	チキンカツ	コロケ
	副菜①	寒天と海藻のサラダ	春雨サラダ グレープフルーツ風味	キャベツのごまゆかり和え
	デザート	フルーチェいちご風味	りんご	ヨーグルトゼリー
	共通メニュー	・ コールスロー・フリードリンク		
夕食	主食①	ご飯	ご飯	ご飯
	汁物①	きのこことコーンのクリームシチュー	豚汁	沢煮椀
	主菜①	豚ロースの竜田揚げ	ハンバーグ トマトソース	チキン南蛮
	副菜①	かぼちゃと枝豆のマヨ和え	竹輪の磯部揚げ	れんこん入り焼売
	副菜②	スパゲティナポリタン	ひじきと白滝の煮付け	三種野菜とチーズの和え物
	デザート	ミニたいやき	黒糖抹茶ゼリー	グレープフルーツ(ルビー)
	共通メニュー	・ 彩りサラダ・フリードリンク		



※メニューが変更になる場合がございますので予めご了承ください。