

給食・弁当メニュー

2018年 7~9月分

わっぱるでは、旬の食材を利用し季節感を大切にしましたメニューを心がけています。

♣マークが旬の食材・季節メニューです。

	朝食 (¥420)	昼食 (¥490)	夕食 (¥650)
A	パンとスープ ミニクロワッサン ♣ コーンスープ ス克蘭ブルエッグ 焼きベーコン ポテトサラダ じゃがいも ♣ きゅうり にんじん たまねぎ	ドライカレー ドライカレー 合挽肉 ご飯 ♣ ナス ♣ スズキーニ ♣ パプリカ 豆サラダ ♣ トマト 大豆 金時豆 など 福神漬け ♣ フルーツ	ハンバーグ ハンバーグ 千切りキャベツ ナポリタンスパゲティ おひたし ご飯 みそ汁 漬物 ♣ フルーツ
B	焼き魚 焼き魚 だし巻き 酢の物 ♣ きゅうり わかめ ご飯 みそ汁 漬物 味つけのり	豚しょうが焼き丼 豚生姜焼き丼 豚肉 玉ねぎ ♣ パプリカ ご飯 みそ汁 漬物 ♣ にびたし ナス オクラ	トンカツおろしソース トンカツ 大根おろしソース 千切りキャベツ マカロニサラダ ♣ きゅうり にんじん ご飯 みそ汁 漬物 おひたし ♣ フルーツ
C	中華ちまき 中華ちまき 中華サラダ ♣ きゅうり カニかま 中華くらげ 中華スープ ♣ ネギ もやし	肉タルタル冷やし中華 ♣ 冷やし中華 鶏天ぷら きゅうり もやし トマト タルタルソース	肉団子甘酢あんかけ 肉団子甘酢あん 肉団子 ♣ パプリカ ♣ ヤングコーン れんこん さつまいも ♣ スズキーニ 春巻き 春雨サラダ ご飯 中華スープ ♣ フルーツ

枝豆ごはん弁当 (¥520) ♣ 枝豆ごはん コロッケ 焼き魚 (小) おひたし 卵焼き スパゲティサラダ 漬物

お弁当 唐揚げ弁当 (¥520) 唐揚げ ご飯 高野豆腐 にんじん ♣ ナス いんげん 春雨サラダ 漬物

おにぎり弁当 (¥360) おにぎり (3個:梅干し・こんぶ・鮭) からあげ

●A・B・Cいずれかのメニューになります。ご希望があれば食事発注書にご記入ください。なければ食堂スタッフにお任せいただきます。

●連泊の方が、続けて同じメニューになることはありません。●アレルギーがある方は、お申込時にご相談ください。

●7~8月は、冷たい麦茶を1人1日1リットルまで提供しております。食配の時間に取りに来てください。