

わっぱるの給食・弁当メニュー

わっぱるでは、旬の食材を利用し、季節感を大切に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。

2022年3月～5月分

	朝食（450円）	昼食（550円）	夕食（700円）
A	<p>【季節の焼き魚】</p> <p>♣ 焼き魚 ♣ 野菜の和え物</p> <p>卵焼き ご飯</p> <p>のり みそ汁</p>	<p>【アサリの炊き込みご飯】</p> <p>ご飯 ♣ 具たくさんみそ汁</p> <p>アサリ ♣ 春野菜のおひたし</p> <p>にんじん シイタケ</p> <p>ネギ</p>	<p>【あぶりチキンのステーキ】</p> <p>あぶりチキン ご飯</p> <p>スパゲッティ ♣ 季節のおひたし</p> <p>サラダ みそ汁</p> <p>キャベツ ♣ フルーツ</p> <p>にんじん</p>
B	<p>【パンとスープ】</p> <p>クロワッサン ポトフ</p> <p>（3個） ♣ ジャがいも</p> <p>マカロニサラダ にんじん</p> <p>♣ フルーツ ♣ 玉ねぎ</p> <p> ベーコン</p> <p> ほうれん草</p>	<p>【ビーフシチュー】</p> <p>ビーフシチュー ロールパン（2個）</p> <p>♣ 玉ねぎ ♣ ジャがいも</p> <p>にんじん サラダ</p> <p>♣ ジャがいも キャベツ</p> <p>牛肉 にんじん</p>	<p>【ハムエッグカツカレー】</p> <p>カレー サラダ</p> <p>ハムエッグカツ キャベツ</p> <p>にんじん にんじん</p> <p>♣ 玉ねぎ ♣ フルーツ</p> <p>♣ ジャがいも ご飯</p>

お弁当 季節のお弁当（550円）：♣タケノコご飯 コロッケ 焼き魚 ポテトサラダ 高野豆腐 ナス ♣にんじん ♣いんげん

おにぎり弁当（400円）：おにぎり（3個、梅干し・こんぶ・鮭） からあげ

★給食は、A・Bどちら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。

★メニューの希望がない場合は、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、お申し込み時にご相談ください。

わっぱるの給食・弁当メニュー

わっぱるでは、旬の食材を利用し、季節感を大切にしたい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。

2022年6月～8月分

	朝食 (450円)	昼食 (550円)	夕食 (700円)
A	【季節の焼き魚】 ♣ 季節の焼き魚 ご飯 だし巻き みそ汁 ♣ 野菜の和え物 漬物 味付けのり	【牛丼】 牛丼 ♣ 季節のみそ汁 牛肉 ♣ おひたし ご飯 漬物	【トンカツおろしソース】 トンカツ ご飯 大根おろし ♣ 季節のみそ汁 千切りキャベツ 漬物 ♣ マカロニサラダ ♣ おひたし きゅうり ♣ フルーツ ニンジン
B	【パンとスープ】 クロワッサン ♣ ミネストローネ (3個) トマト スクランブルエッグ ニンジン ♣ サラダ 玉ねぎ キャベツ ベーコン ニンジン	【キーマカレー】 ♣ キーマカレー ♣ サラダ ひき肉 キャベツ ご飯 ニンジン ナス ズッキーニ 福神漬け パプリカ	【ハンバーグ】 ハンバーグ ご飯 千切りキャベツ ♣ 季節のみそ汁 ナポリタン 漬物 おひたし ♣ フルーツ
C	【中華ちまき】 ♣ 中華ちまき ♣ 中華スープ ♣ 中華サラダ ネギ きゅうり もやし かにかま	【冷やし中華】 ♣ 冷やし中華 おにぎり ハム 唐揚げ 錦糸卵 きゅうり もやし	【肉団子甘酢あんかけ】 ♣ 肉団子甘酢あんかけ ご飯 肉団子 春巻き パプリカ 中華スープ れんこん ♣ フルーツ サツマイモ

季節のお弁当 (550円) : ♣枝豆ご飯 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 (550円) : ご飯 唐揚げ コロッケ ひじき ♣コーンボール ポテトサラダ

おにぎり弁当 (400円) : おにぎり (3個、梅干し・こんぶ・鮭) からあげ

★給食は、A・B・Cど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。

★メニューの希望がない場合は、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、お申し込み時にご相談ください。