

# 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11月～12月分

	朝食（450円）	昼食（550円）	夕食（700円）
A	<p>【季節の焼き魚定食】</p> <p>♣ 焼き魚                      白ご飯    のり</p> <p>だし巻き卵                      ♣ 季節のみそ汁</p> <p>♣ ほうれん草のおひたし</p>	<p>【きつねうどん定食】</p> <p>きつねうどん                  炊き込みご飯 うどん</p> <p>うすあげ                      ♣ 旬のおひたし</p> <p>天かす</p> <p>ネギ</p> <p>かまぼこ</p>	<p>【すき焼き風煮定食】</p> <p>すき焼き風煮                  ♣ 白ご飯 牛肉</p> <p>ハクサイ                      ♣ 季節のみそ汁</p> <p>ゴボウ</p> <p>白ネギ</p> <p>♣ ニンジン</p> <p>焼き豆腐</p>
B	<p>【パンとスープセット】</p> <p>クロワッサン                  ♣ コンソメスープ （3個）</p> <p>ベーコン                      ♣ フルーツ</p> <p>スクランブルエッグ</p>	<p>【八宝菜セット】</p> <p>八宝菜</p> <p>豚肉                              タケノコ</p> <p>♣ タマネギ                      ♣ ハクサイ</p> <p>♣ シイタケ                      ♣ チンゲンサイ</p> <p>エビ                              ♣ ニンジン</p> <p>白ご飯                              中華つみれスープ</p>	<p>【ハムエッグカツカレーセット】</p> <p>ハムエッグカツカレー</p> <p>ハムエッグカツ</p> <p>白ご飯                              ♣ 季節のサラダ</p> <p>♣ ニンジン</p> <p>♣ タマネギ                      ♣ フルーツ</p> <p>ジャガイモ</p>

お弁当 季節のお弁当（550円）：ご飯 ♣白身魚のフライ コロケ ちくわの磯辺揚げ ♣ほうれん草とベーコンの炒め物 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。