

令和6年度

食事献立表

ふれあい合宿

北九州市立玄海青年の家

| | 朝食 | 昼食 | 夕食 |
|-------------|---|---|--|
| 1 日 目 | | 【 竜田あげ弁当 】 竜田あげ ・ 牛肉コロッケ 炒めスパゲティ ・ ブロッコリー ごぼうと鶏皮のしぐれ煮 ご飯 ・ ごま塩 桜漬け | チキン南蛮タルタルソース にんじんグラッセ ・ ブロッコリー フライドポテト・温野菜・きのこのマリネ もやしとちんげん菜の ^{パイタン} 白湯スープ ご飯 いちごプチシュークリーム |
| 2 日 目 | オムレツ ミニハンバーグ ほうれん草のソテー みそ汁(切干大根、にんじん、ねぎ) ご飯 のり佃煮 | | |