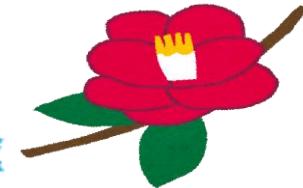


# 三ヶ日青年の家 予定メニュー表 令和8年 1～3月



|    | 月曜日      | 火曜日          | 水曜日      | 木曜日      | 金曜日      | 土曜日      | 日曜日            |
|----|----------|--------------|----------|----------|----------|----------|----------------|
| 朝食 | ウインナー    | 焼魚(鮭)        | ウインナー    | 焼魚(鮭)    | ウインナー    | 焼魚(鮭)    | ウインナー          |
|    | 野菜サラダ    | 野菜サラダ        | 野菜サラダ    | 野菜サラダ    | 野菜サラダ    | 野菜サラダ    | 野菜サラダ          |
|    | ひじき煮     | 切干大根煮        | 和風春雨サラダ  | ひじき煮     | 切干大根煮    | 和風春雨サラダ  | 切干大根煮          |
|    | ご飯       | ご飯           | ご飯       | ご飯       | ご飯       | ご飯       | ご飯             |
|    | みそ汁      | みそ汁          | みそ汁      | みそ汁      | みそ汁      | みそ汁      | みそ汁            |
|    | つぼ漬      | つぼ漬          | つぼ漬      | つぼ漬      | つぼ漬      | つぼ漬      | つぼ漬            |
|    | ふりかけ     | 納豆           | ふりかけ     | 納豆       | ふりかけ     | 納豆       | ふりかけ           |
|    | イチゴゼリー   | 青りんごゼリー      | ブドウゼリー   | イチゴゼリー   | ブドウゼリー   | 青りんごゼリー  | ブドウゼリー         |
| 昼食 | 牛丼       | チンジャオロース丼    | カレーライス   | 牛丼       | ソースカツ丼   | カレーライス   | ソースカツ丼         |
|    | 野菜サラダ    | 野菜サラダ        | 野菜サラダ    | 野菜サラダ    | 野菜サラダ    | 野菜サラダ    | 野菜サラダ          |
|    | みそ汁      | わかめスープ       | 福神漬け     | みそ汁      | みそ汁      | 福神漬け     | みそ汁            |
|    | 紅生姜      | オレンジゼリー      | オレンジゼリー  | 紅生姜      | 柴漬け      | オレンジゼリー  | 柴漬け            |
|    | オレンジゼリー  |              |          | オレンジゼリー  | オレンジゼリー  |          | オレンジゼリー        |
|    |          |              |          |          |          |          |                |
|    |          |              |          |          |          |          |                |
|    |          |              |          |          |          |          |                |
| 夕食 | とんかつ     | 鳥の唐揚げ(甘酢ソース) | とんかつ     | グリルチキン   | 三ヶ日牛コロッケ | グリルチキン   | 三ヶ日牛コロッケ・アジフライ |
|    | きんぴら牛蒡   | ひじき煮         | きんぴら牛蒡   | フライドポテト  | きんぴら牛蒡   | フライドポテト  | きんぴら牛蒡         |
|    | 野菜ポテトサラダ | 野菜ポテトサラダ     | 野菜ポテトサラダ | 野菜ポテトサラダ | 野菜ポテトサラダ | 野菜ポテトサラダ | 野菜ポテトサラダ       |
|    | ご飯       | ご飯           | ご飯       | ご飯       | こぎつねご飯   | ご飯       | ご飯             |
|    | みそ汁      | みそ汁          | わかめスープ   | コンソメスープ  | みそ汁      | わかめスープ   | みそ汁            |
|    | 桜漬け      | 桜漬け          | 桜漬け      | 桜漬け      | 桜漬け      | 桜漬け      | 桜漬け            |
|    | オレンジ     | オレンジ         | オレンジ     | オレンジ     | オレンジ     | オレンジ     | オレンジ           |
|    |          |              |          |          |          |          |                |



【メニューについて】※大型連休の前後は仕入れの関係上一部メニューが変わることがあります。

【ご連絡・お問い合わせ先】 静岡県立三ヶ日青年の家 廉房 TEL:053-526-2877 FAX:053-526 - 2877 担当:片岡

※繋がらない場合は御手数ですが事務所 TEL:053-526-7156 FAX:053-526-0665 までお願い致します。



