

## 2019年度 鋸南自然教室献立表

### 1日目/夕食



- ◎チキンカレー
- ・福神漬け
- ◎ポトフ
- ・野菜サラダ
- ◎ご飯
- ・果物(メロン)
- ・ほうじ茶

### 2日目/朝食



- ・鮭の塩焼き
- ・じゃが芋のそぼろあん
- ・ほうれん草しらす和え
- ・笹かまぼこ
- ・ヨーグルト
- ◎具たくさん味噌汁
- ・厚焼き玉子
- ◎ご飯
- ・味付海苔
- ・ほうじ茶

### 2日目/昼食



- ・さわらの照り焼き
- ・海老フライ
- ・鶏の唐揚げ
- ・煮物(かぼちゃ)
- ・ポークウィンナー
- ・きんぴらごぼう
- ※帰園時オレンジジュース
- ・いんげんの胡麻和え
- ・ひじき
- ・ミニゼリー(ぶどう)
- ・ご飯
- ・小梅
- ・中濃ソース(パック)
- ・ほうじ茶(水筒)

\*袋の色  
教諭・・・緑  
児童・・・白  
アレルギー児童・・・透明

### 2日目夕食



- ・ハンバーグ(デミグラスソース)
- ・温野菜サラダ
- ・アジフライ
- ・タルタルソース
- ・カットコーン
- ・オレンジ
- ◎和風だしの野菜スープ
- ◎ご飯
- ・ほうじ茶

### 3日目/朝食



- ・鶏肉の塩焼き
- ◎野菜スープ
- ・玉子のバター炒め(トマトケチャップ)
- ・アスパラのベーコン巻き
- ・グラタン
- ・いちごムース
- ◎バターロール
- ・クロワッサン
- ◎ジャム&マーガリン
- ・ほうじ茶

### 3日目/昼食



- ・ヒレカツ
- ・コロック
- ・ウインナー
- ・しゅうまい
- ・塩ます
- ・小松菜のおひたし
- ・ブロッコリー
- ・金時芋
- ・ご飯
- ・ふりかけ
- ・中濃ソース(パック)
- ・ほうじ茶(水筒)

\*袋の色  
教諭・・・緑  
児童・・・白  
アレルギー児童・・・透明

※◎印のものは、おかわり可。