

板橋区日光移動教室献立表

2017

(O-157対策として、ナマ物は一切使用しておりません。)

夕食

1 泊目

写真は「牛すき焼き」を選択した例です。



- 洋 皿 鶏の唐揚げ 2ヶ レモン
スパゲッティナポリタン、温キャベツ・ブロッコリー
- 焼 物 白身魚西京焼き みかん牛乳・ゆばの佃煮
- 煮 物 たぐり湯波の煮物
- 鉢 物 玉子豆腐、茶そうめん
- 止 椀 わかめ汁
- ご 飯 栃木県産コシヒカリ(おかわり自由)
- デザート みかんゼリー

2 泊目

写真は「和風ハンバーグ」を選択した例です。



- メイン エビフライ1本、ホタテ風味フライ1ヶ、
温キャベツ、レモン・ブロッコリー
- サラダ 湯波こんにゃく、水菜、人参、わかめ、
しそドレッシング
- 洋 皿 カニグラタン(マカロニ、ペニズワイガニ、
ベーコン、チーズ)アスパラ、マヨネーズ
- スープ コンソメスープ(玉葱・人参)
- 御 飯 栃木県産コシヒカリ(おかわり自由)
- デザート ぶどうゼリー

主菜 選択メニュー

A ~ E の中から、1種類の選択となります。



- A 牛すき焼き**
牛肉60g
ネギ、白滝、白菜



- B 和風ハンバーグ**
ハンバーグ80g
人参、ポテト
グリーンピース、おろしたれ



- C ビーフシチュー**
牛肉、玉ねぎ
マッシュルーム、
トマトペースト・グリーンピース



- D 豚生姜焼き**
豚肉20g×3枚
もやし、ピーマン
キャベツ、人参



- E 牛陶板焼き**
牛肉20g×3枚
人参、ポテト
グリーンピース

朝食

1 泊目: **A**和食(※1 泊目の和食) **I**洋食のいずれかをご選択ください。

2 泊目: **ウ**和食(※2 泊目の和食) **I**洋食のいずれかをご選択ください。



A 和食

- 陶板焼 ス克蘭ブルエッグ
(玉子1個、ほうれん草、バター)
- 洋 皿 ロースハム半分×3枚、キャベツ(温)
ブロッコリー
- 煮 物 肉じゃが
- 焼 物 焼魚、切り昆布、焼き海苔1袋
- 味噌汁 かんぴょう、生揚げ
- 御 飯 栃木県産コシヒカリ(おかわり自由)
- デザート ヨーグルト



I 洋食

- 陶板焼 (玉子1個、ベーコンスライス2枚)
- 洋 皿 ウィンナー2本(茹でる)、キャベツ(温)、
ポテトサラダ(玉葱・人参・グリーンピース)
ブロッコリー
- スープ コーンポタージュ
- ロールパン 2個(ジャム&マーガリン)
- ヨーグルト
- オレンジジュース(グラス)
または 牛乳(グラス)/選択制



U 和食

- 陶板焼 (玉子1個、ベーコンスライス2枚)
- 洋 皿 ウィンナー2本(茹でる)
キャベツ(温)、ブロッコリー
- 煮 物 がんもどき、水菜
- 焼 物 笹かま1枚、うずら豆の煮物、
しゅうまい1個
- 味噌汁 なめこ汁、三つ葉
- 御 飯 栃木県産コシヒカリ(おかわり自由)
- デザート ヨーグルト