

# 2021 年 ラボ・ウィンターキャンプ なかつえ 食事メニュー表

	1 2 月 2 6 日 (日)	1 2 月 2 7 日 (月)	1 2 月 2 8 日 (火)	1 2 月 2 9 日 (水)
	1 日 目	2 日 目	3 日 目	4 日 目
朝 食	朝食	朝食 ○白飯 ○みそ汁 ○鮭 ○キャベツ千切り ○国産若鶏と野菜の焼きつくね ○野菜の旨煮 ○ふりかけ(のりたまご) ○のり	朝食 ○白飯 ○みそ汁 ○鯖 ○キャベツ千切り ○オムレツ ○ウィンナー ○ふりかけ(たらこ) ○のり	朝食 ○白飯 ○みそ汁 ○鮭 ○キャベツ千切り ○国産若鶏と野菜の焼きつくね ○野菜の旨煮 ○ふりかけ(のりたまご) ○のり
昼 食	昼食	昼食(お弁当) ○おにぎり ○からあげ ○ウィンナー ○キャベツ千切り ○卵焼き ○ひとくちゼリー	昼食 ○白飯 ○カレー ○キャベツ千切り ○コロケ ○鶏肉のから揚げ ○福神漬	昼食 (お弁当) ○ミニドック ○肉だんご ○彩りしゅうまい ○キャベツ千切り ○から揚げ ○切れ目ウィンナー ○卵焼き ○春雨サラダ ○ミートスパゲティ、餃子 ○さくらんぼ、金時豆、梅干し、ゆかり
夕 食	夜食 ○白飯 ○チキン南蛮 ○焼肉風野菜炒め ○キャベツ千切り ○マカロニサラダ ○卵とじスープ ○ミニワッフル	夜食 ○白飯 ○とんかつ ○キャベツ千切り ○肉じゃが ○ベーコンとほうれん草のバター炒め ○わかめスープ ○リンゴゼリー	夜食 ○白飯 ○ハンバーグ ○キャベツ千切り ○春巻き ○焼きビーフン ○ポテトサラダ ○コーンスープ ○ソフトシュークリーム	※食材の変更、メニュー、変更の場合がございますのでご了承ください。