

令和3年度 札幌市青少年山の家 通常食メニュー

	分類	月曜日～金曜日	土曜日	日曜日	代替食
朝食	主食	ご飯 ふりかけ	ご飯 ふりかけ	ご飯 ふりかけ	ご飯
	主菜1	ソーセージ (乳あり)	豆腐ハンバーグ	鮭塩焼き	ソーセージ (乳なし)
	主菜2	スクランブルエッグ	卵焼き	オムレツ	チキンガーリック焼き
	副菜1	ほうれん草ツナ和え	ひじき煮	ミートボール	コーンと焼きかぼちゃ
	副菜2	野菜コロッケ	チキンナゲット	ちくわ磯辺揚げ	チキンチャップ
	汁もの	高野豆腐とネギの味噌汁	人参とほうれん草の味噌汁	わかめスープ	
	サラダ	キャベツ ポテトサラダ	キャベツ ポテトサラダ	キャベツ ポテトサラダ	キャベツ コーン ブロッコリー
	デザート	フルーツカクテル	フルーツカクテル	フルーツカクテル	

	分類	月曜日～金曜日	土曜日	日曜日	代替食
昼食	主食	わかめご飯	わかめご飯	わかめご飯	
	麺類	冷やしたぬきうどん	ミートソース	味噌ラーメン	春雨スープ
	主菜1	豚塩生姜焼き	豚バラ大根	豚のケチャップ煮	豚塩生姜焼き
	主菜2	カレーコロッケ	春巻き	ハッシュドポテト	ソーセージ (乳なし)
	副菜1	ちくわ磯辺揚げ	イカカツ	白身フライ	コーンと焼きかぼちゃ
	副菜2	切干大根	きんぴら	八宝菜	ジャガイモ煮揚げ
	汁もの		玉ねぎとジャガイモの味噌汁		
	サラダ	キャベツ ごぼうサラダ	キャベツ ごぼうサラダ	キャベツ ごぼうサラダ	キャベツ コーン ブロッコリー
	デザート	イチゴゼリー	イチゴゼリー	イチゴゼリー	

	分類	月曜日～金曜日	土曜日	日曜日	代替食
夕食	主食	ご飯	ご飯	ご飯	
	麺類				
	主菜1	ハンバーグ	とんかつ	チキンステーキ	チキンガーリック焼き
	主菜2	山賊揚げ	八宝菜	サーモンフライ	鶏の塩唐揚げ
	主菜3	麻婆豆腐	揚げ餃子	揚げシュウマイ	ソーセージ (乳なし)
	副菜1	ほうれん草ともやしのナムル	いんげんともやしのナムル	もやしと人参のナムル (小麦あり)	もやしと人参のナムル (小麦なし)
	副菜2	シューストリングポテト	ポテトバターとブロッコリー	大学芋	ジャガイモ煮揚げ
	汁もの	春雨スープ	春雨スープ	春雨スープ	
	サラダ	キャベツ カボチャサラダ	キャベツ カボチャサラダ	キャベツ カボチャサラダ	キャベツ コーン ブロッコリー
	デザート	マスカットゼリー	マスカットゼリー	マスカットゼリー	

令和3年度 札幌市青少年山の家 キッズメニュー

分類	朝食	昼食	夕食
主食	ご飯	チキンライス	野菜カレー
主菜	ミートボール&ソーセージ	チキンナゲット ハッシュドポテト	鶏の竜田揚げ
副菜1	スクランブルエッグ	卵焼き	オムレツ
副菜2	焼きカボチャ&ブロッコリー	焼きそば	シューストリングポテト
汁もの	コーンスープ	わかめスープ	春雨スープ
サラダ	キャベツ ポテトサラダ	キャベツ かぼちゃサラダ	キャベツ ごぼうサラダ
デザート	フルーツカクテル	イチゴゼリー	マスカットゼリー
ドリンク	オレンジジュース	アップルジュース	オレンジジュース

令和3年度 札幌市青少年山の家 キッズメニュー代替食

分類	朝食	昼食	夕食
主食			
主菜	豚塩生姜焼き	ボークグリル	チキンガーリック焼き
副菜1	人参の甘煮	ハッシュドポテト	ソーセージとブロッコリーのソテー
副菜2		コーンと焼きかぼちゃ	コーンと焼きかぼちゃ
汁もの	わかめスープ		
サラダ	キャベツ コーン ブロッコリー	キャベツ コーン ブロッコリー	キャベツ コーン ブロッコリー
デザート			
ドリンク			

令和3年度 札幌市青少年山の家 飲料メニュー

メニュー		内容量	代替食
紙パック	健康ミネラル麦茶（伊藤園）	200ml	/
	りんごmix100%（伊藤園）		
	オレンジmix100%（伊藤園）		
ペットボトル	健康ミネラル麦茶（伊藤園）	500ml	/
	アクエリアス（コカ・コーラ）		
	いろはす（コカ・コーラ）		

令和3年度 札幌市青少年山の家 炊事食メニュー

メニュー	内容	代替食
防災炊事（野菜カレー）	お米 温めずにおいしい野菜カレー（レトルト） ビニール袋 スプーン	/
焚火でおやつセット（1セット10人分 ※1人単位での購入不可）	マシュマロ110g 2袋 麦茶スティック（粉）10本 紙コップ 10本 竹串 10本	/

令和3年度 札幌市青少年山の家 携帯食メニュー

メニュー	内容	代替食
おにぎり（鮭・梅）	おにぎり2個 桜漬け	/
おにぎり（梅・梅）		
おにぎり（塩・塩）		

メニュー	内容	代替食（アレルギー対応弁当）
携帯弁当（鮭・梅）	おにぎり2個 からあげ君 玉子焼 しゅうまい 赤ウィンナー ちくわ天 プチ焼き芋 桜漬け	おにぎり2個 塩こしょうチキン 皮付ポテト 野菜マリネ ブロッコリー
携帯弁当（梅・梅）		
携帯弁当（塩・塩）		