

令和元年度 かつしかの元気食堂 元気がでるお弁当メニューコンテスト 献立一覧 ～ベジ重部門～

初夏を感じる中華弁当

鯖と春野菜のチリソース丼
贅沢メロンの杏仁豆腐



夏のスパイシー弁当

夏野菜のキーマカレー
さっぱりサラダ
スイカゼリー



残暑を乗り切ろう！スパイスランチ！

ナンケバブ
鯖のスパイススープ
ピクルス



秋をたっぷり楽しみな菜弁当

ごぼうと舞茸の炊き込みご飯
鯖の大葉焼き
かぶのしょうが和え
大学いもかぼちゃ



ゆず香る唐揚げ満腹弁当

さつまいものおこわ
ねぎ塩唐揚げ
チンゲン菜のピリ辛胡麻和え
ゆかりれんこん



1日の1/2の野菜が摂れる！
黒酢あんかけ丼

鯖の野菜たっぷり黒酢あんかけ丼
いちごの甘酒プリン

