８月
三　軒　屋　食　堂

自衛官の多くは駐屯地や基地にある「食堂」でご飯を食べています。
そんな隊員たちが普段食べているご飯を見てみましょう。

ひとくちメモ

８月はダイニング甲子園の選考メニューが献立に組み込まれました。ダイニング甲子園とは 中部方面隊の給食の質の向上を目的とした施策で、決められたテーマに合う工夫を凝らした美味しいメニューを駐屯地ごと作ります。

８／２１（月）　昼

豚肉のにんにく醤油焼き
ほうれん草のピーナッツ和え
ひじきと大豆の煮物
大根とワカメのみそ汁

８／２１（月）　夕

赤魚の甘酢あんかけ
トマトとらっきょうのサラダ
スタミナ汁
杏仁豆腐

８／２２（火）　昼

ペペロンチーノ
シーザーサラダ
マッシュルームとウインナーの
ミルクスープ

８／２２（火）　夕

鶏肉とじゃが芋のバター醤油炒め or
エビとじゃが芋のバター醤油炒め
冷奴
里芋と厚揚げのみそ汁
抹茶プリン

８／２３（水）　昼

夏野菜カレー
サラダ
コーンクリームコロッケ
カルシウム飲料

８／２３（水）　夕

プルコギ
チョレギサラダ
里芋中華風煮込
たまごスープ

今月の
おすすめ

８／２４（木）　昼

チキンカツ
切干大根と人参の煮物
じゃが芋と玉ねぎのみそ汁
みかんゼリー

８／２４（木）　夕

鮭のちゃんちゃん焼き
タコときゅうりの酢の物
かす汁
ヨーグルト

８／２５（金）　昼

すきやきコロッケ
山芋のワサビ醤油和え
さつまあげと野菜の炒め物
お麩と玉ねぎのみそ汁

８／２５（金）　夕

ヤンニョムチキン
ほうれん草ともやしのナムル
ピリ辛豆乳スープ
大学芋