

# 「朝のなごみ膳」 月替わりのお献立(2026年6月)

## 【二段重】

緑の風リゾート きたゆざわ 総料理長 西川和高 監修

### <一の重>

～今月の玉手箱 和洋中の旬菜7種盛り～

#### 洋食

鶏肉のスパイス焼き&マッシュポテト～粒マスタードで～  
アスパラ&ハムのサラダ～ツナドレッシングがけ～

#### 和食

牛肉&長ネギの生姜煮  
さつま揚げ&冬瓜の冷たいおでん～インゲン、辛子添え～  
そうめん昆布&エノキダケ～昆布茶ポン酢ゼリーのせ～

#### 中華

ツブ貝&紅心大根のちりめんラー油和え  
姫竹&ザーサイ高菜のネギ油和え

### <二の重>

～刺身、玉子焼き、焼き魚……朝の定番おかず6種類～

ドナルドサーモン(白老町虎杖浜産)の刺身&炙りホタテ(北海道産)の刺身～土佐醤油+わさびで～  
こだわりの出汁巻き玉子

アイナメ(北海道産)の木の芽味噌焼き～はじかみ、大根おろし添え～  
ナス&ズッキーニの揚げ出し

ローストポーク～照り焼きソースで。ローストパイナップル添え～  
お口直し…キュウリ&ミニトマトのシェリービネガーピクルス

### 【自分で着火して食べる「今月のファイヤーグルメ」】

※ラミネート加工した「食べ方POP」をお読みいただき、着火&火消しをお願いいたします。

### イワシつみれの梅肉白出汁鍋

～イワシつみれ、ミョウガ、水菜、ネギ、マイタケ入り～

### 【2者択一の注文料理】

※下記2つからお選びの上、カウンターコーナーでご注文下さい。少々お時間をいただきます。

### ホッキ(北海道産)&メカブの松前漬け入り「朝茶漬け」

～ぶぶあられ、西洋わさびたくあん、豆苗はお好みで～

苫小牧の2大ソウルフードは「カレーラーメン」&「ホッキカレー」

### 鶏肉Wチャーシュー(もも肉・むね肉)入り「カレーラーメン」

### 【プチバイキング】

食前ドリンク(オレンジジュース、バナナ&ブルーベリーのスムージー、牛乳、カツゲン、黒ウーロン茶)

野菜サラダ(オニオンライス、レタス、ロマネスコ、ヤングコーン、ミニトマト、アボカド&ベーコンのポテトサラダ)

ごはん(地元農協の『ななつぼし』) ※お粥ご希望の方はカウンターでお申し出下さい。

漬物&ごはんのお供(セロリの浅漬け、野沢菜漬け、たくあん、梅干し、わさび昆布、たらこ)

野口観光こだわり味噌汁～湯豆腐、長ネギ、なめこ、キャベツはお好みで～ コーンスープ～クルトンをのせて～

野口観光オリジナル納豆～タレ、辛子をつけて～ 焼き海苔 昔懐かし「のりたまご」

フルーツ(キウイ、パイナップル、グレープフルーツ)

ヨーグルト～ラズベリーソース、グラノーラはお好みで～

デザート(オレンジケーキ、藻塩ロールケーキ、リンゴのパンナコッタ、白玉ぜんざい)

食後ドリンク(オリジナルコーヒー、ノンカフェインコーヒー、紅茶)

新苫小牧プリンスホテル「和～なごみ～」調理責任者 菊島 達