海洋センター　　あさ

12月17日　月曜日	12月18日　火曜日	12月19日　水曜日	12月20日　木曜日	12月21日　金曜日	12月22日　土曜日	12月23日　日曜日	
						スクランブルエッグ	
						スクランブルエッグ	30
						Aハム	1/5
						チキンナゲット	1ヶ
						フライドポテト	40
						油	
						サラダ	
						ブロッコリー	20
						キャベツ	20
						胡瓜	5
						コーン	5
						うぐいす豆	
						うぐいす豆	10
						漬物	
						ワカメ	3
						葱	2
						味噌	

海洋センター　　ひる

12月17日　月曜日		12月18日　火曜日		12月19日　水曜日		12月20日　木曜日		12月21日　金曜日		12月22日　土曜日		12月23日　日曜日	
										鶏炊きこみごはん		**ビーフカレー**	
										鶏もも	20	牛肉	30
										人参	10	じゃが芋	60
										千切りごぼう	10	玉葱	60
										油揚	1/20	人参	20
										山菜水煮	10	カレールー	
										きざみのり			
												マカロニサラダ	
										ミニうどん		ツイストマカロニ	15
										うどん	1/2	キャベツ	10
										色板	1/20	胡瓜	5
										ワカメ	2	Mix	5
										葱	2	コーン	5
												ボイル玉子	1/5コ
												マヨネーズ	
										コーンコロッケ			
										コーンコロッケ	1ヶ		
										キャベツ	15		
										漬物	15	漬物	15
												乳酸菌飲料	1本

海洋センター　　よる

12月17日　月曜日	12月18日　火曜日	12月19日　水曜日	12月20日　木曜日	12月21日　金曜日	12月22日　土曜日		12月23日　日曜日	
					ポークカツ		**鶏の照焼き**	
					豚カツ	100g	鶏もも	120
							醤油・砂糖	
					ケチャップ・ソース			
					玉子ロール	1/2ヶ	キャベツ	15
					キャベツ	15	**白身フライ**	
					ブロッコリー	15	白身フライ	1ヶ
					ポテトサラダ		ブロッコリー	15
					ポテトサラダ	30		
							スパゲティサラダ	
					クリームシチュー		スパゲティサラダ	30
					鶏肉	30		
					じゃが芋	30	**豚汁**	
					玉葱	20	豚肉	10
					人参	10	大根	10
					グリーンピース	3	人参	5
					クリームシチューの素		白菜	10
							千切りごぼう	10
							葱	2
					漬物	15	漬物	15