海洋センター　2022年7.8.9月　週間メニュー

※メニューは変更する場合があります。

	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日	日曜日
朝食	・プレーンオムレツ （ケチャップ） ・ベーコンポテトバーグ ・フライドポテト （油） ・ウィンナー ・ボイルキャベツ	・たまごやき ・きんぴらごぼう ・ミートボール ・ナチュラルカットポテト （油） ・ウィンナー ・ボイルキャベツ	・ミートオムレツ （ケチャップ） ・チキンナゲット ・フライドポテト （油） ・ウィンナー ・ボイルキャベツ	・たまごやき ・きんぴらごぼう ・ミートボール ・ナチュラルカットポテト （油） ・ウィンナー ・ボイルキャベツ	・プレーンオムレツ （ケチャップ） ・ベーコンポテトバーグ ・フライドポテト （油） ・ウィンナー ・ボイルキャベツ	・たまごやき ・きんぴらごぼう ・ミートボール ・ナチュラルカットポテト （油） ・ウィンナー ・ボイルキャベツ	・ミートオムレツ （ケチャップ） ・チキンナゲット ・フライドポテト （油） ・ウィンナー ・ボイルキャベツ
	・ご飯 ・味噌汁（麩） ・漬物（刻みたくあん）	・ご飯 ・味噌汁（白菜） ・漬物（刻みたくあん）	・ご飯 ・味噌汁（油揚げ） ・漬物（刻みたくあん）	・ご飯 ・味噌汁（白菜） ・漬物（刻みたくあん）	・ご飯 ・味噌汁（麩） ・漬物（刻みたくあん）	・ご飯 ・味噌汁（白菜） ・漬物（刻みたくあん）	・ご飯 ・味噌汁（油揚げ） ・漬物（刻みたくあん）
昼食	・炒飯 玉子 玉葱 Mix 焼豚 葱 ホンタン・塩コショウ 味の素・砂糖 ・冷麺 ラーメン Aハム 胡瓜 太もやし 錦糸卵 冷麺スープ・酢・砂糖	・キーマカレー 合びきミンチ 玉葱 人参 ダイスカットトマト トマトピューレ・カレールゥ ターメリック・コンソメ・生姜 ・コーンとツナのサラダ コーン ツナ ボイルキャベツx 人参 ボイル玉子 マヨネーズ・塩コショウ	・カツ丼 ロース豚カツ 玉葱 葱・玉子 しょうゆ・砂糖・だしの素 ・切干煮 切干大根 油揚げ 人参 醤油・砂糖・だしの素・味の素 ・お吸い物 そうめん 大根菜・葱 うどんだし・醤油・砂糖 だしの素・みりん・味の素	・ハッシュドポーク 豚肉 玉葱 人参 エリンギスライス ダイスカットトマト ハヤシフレーク 生姜・コンソメ・砂糖・ケチャップ ・マカロニサラダ ツイストマカロニ 胡瓜 Mix コーン ボイル玉子 塩コショウ・マヨネーズ・砂糖	・中華丼 豚肉 千切りかまぼこ 白菜 人参 太もやし ぶなしめじ カットインゲン ホンタン・だしの素・砂糖・醤油 ごま油・片栗粉 ・中華スープ 小松菜 ホンタン・醤油・砂糖・味の素 ・中華ごまだんご	・ツナ炊きこみごはん ツナ 人参・油揚 千切りごぼう 椎茸スライス グリーンピース うどんだし・醤油・みりん ・冷やしミニうどん うどん 蒸し鶏ほぐし身 葱 うどんだし・だしの素・みりん ・磯辺揚げ ちくわ・青のり・小麦粉 ・ボイルキャベツ	・ビーフカレー 牛肉 じゃがいも 玉葱 人参 カレールゥ コンソメ・砂糖 ・ポテトサラダ かくぎりポテト ・乳酸菌飲料
	・漬物（福神漬）	・漬物（福神漬）	・漬物（つぼ漬）	・漬物（福神漬）	・漬物（福神漬）	・漬物（つぼ漬）	・漬物（福神漬）
夕食	・チキンステーキ(レモン) ・シューマイ ・ボイルキャベツ ・やきそば ・青のり ・菜の花と人参浸し 菜の花・人参 うどんだし・だしの素・みりん ・お吸い物 巻麩・葱 花形さつま うどんだし・しょうゆ・さとう	・鶏の唐揚げ ・白身フライ ・ボイルキャベツ ・スパ炒め ・スパゲティ 砂糖・塩・コンソメ ・大豆煮 水煮大豆 千切り椎茸・人参 うどんだし・醤油・砂糖・味の素 ・味噌汁 豆腐 葱 味噌・だしの素・みりん・味の素	・煮込みハンバーグ ハヤシフレーク・ケチャップ ・海老フライ ・ボイルキャベツ ・ブロッコリー ・白菜と小松菜浸し 白菜 小松菜 レッドピーマンスライス うどんだし・醤油・砂糖・味の素 ・味噌汁 巻麩 ほうれんそう 味噌・だしの素・みりん・味の素	・チキンカツ ケチャップ・ソース ・野菜肉巻き ・ポテト ・ボイルキャベツ ・スパ炒め ・スパゲティ 砂糖・塩・コンソメ ・ゆかり和え 青梗菜 白菜　・ゆかり うどんだし・醤油・砂糖・味の素 ・味噌汁 大根 味噌・だしの素・みりん・味の素	・チキンステーキ(レモン) ・ハートのコロッケ ・ボイルキャベツ ・やきそば ・青のり ・高野煮 高野豆腐 G.P. 醤油・砂糖・だしの素 ・コンソメスープ 玉葱 パセリフレーク コンソメ・塩・砂糖・味の素	・鶏の唐揚げ ・白身フライ ・ボイルキャベツ ・スパ炒め ・スパゲティ 砂糖・塩・コンソメ ・大根そぼろ煮 ・大根 ・人参 ・鶏ミンチ だしの素・醤油・砂糖 ・味噌汁 豆腐 葱 味噌・だしの素・みりん・味の素	・ひれカツ ・豚カツソース ・野菜豆腐ハンバーグ ・ボイルキャベツ ・蓮根きんぴら ・蓮根水煮 ・人参 ・こんにゃく だしの素・醤油・砂糖・みりん ・中華スープ 水餃子 葱 ホンタン・醤油・砂糖・味の素
	・ご飯 ・漬物（しば漬け）	・ご飯 ・漬物（しば漬け）	・ご飯 ・漬物（しば漬け）	・ご飯 ・漬物（しば漬け）	・ご飯 ・漬物（しば漬け）	・ご飯 ・漬物（しば漬け）	・ご飯 ・漬物（しば漬け）