海洋センター　2025年11月～2026年3月

※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） ・ミートボール ・チキンナゲット ・フライドポテト （油） ・ウィンナー ・キャベツ	・ミートオムレツ （ケチャップ） ・ミートボール ・チキンナゲット ・フライドポテト （油） ・ウィンナー ・キャベツ	・プレーンオムレツ （ケチャップ） ・ミートボール ・チキンナゲット ・フライドポテト （油） ・ウィンナー ・キャベツ	・ミートオムレツ （ケチャップ） ・ミートボール ・チキンナゲット ・フライドポテト （油） ・ウィンナー ・キャベツ	・プレーンオムレツ （ケチャップ） ・ミートボール ・チキンナゲット ・フライドポテト （油） ・ウィンナー ・キャベツ	・ミートオムレツ （ケチャップ） ・ミートボール ・チキンナゲット ・フライドポテト （油） ・ウィンナー ・キャベツ	・プレーンオムレツ （ケチャップ） ・ミートボール ・チキンナゲット ・フライドポテト （油） ・ウィンナー ・キャベツ
	・ご飯 ・味噌汁（麸、葱） ・漬物（刻みたくあん）	・ご飯 ・味噌汁（油揚げ、葱） ・漬物（刻みたくあん）	・ご飯 ・味噌汁（麸、葱） ・漬物（刻みたくあん）	・ご飯 ・味噌汁（油揚げ、葱） ・漬物（刻みたくあん）	・ご飯 ・味噌汁（麸、葱） ・漬物（刻みたくあん）	・ご飯 ・味噌汁（油揚げ、葱） ・漬物（刻みたくあん）	・ご飯 ・味噌汁（麸、葱） ・漬物（刻みたくあん）
昼食	・鶏炊きこみごはん 鶏肉 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・酒 ・ミニうどん うどん かまぼこ 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 ・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 ・野菜サラダ キャベツ サニーレタス 人参 コーン ・乳酸菌飲料	・炒飯 玉子 玉葱 人参 合びきミンチ 葱 ホンタン・塩コショウ・ごま油 ・ラーメン 麺 Aハム 葱 ボイルキャベツ ラーメンスープ ホンタン	・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 ・ポテトサラダ ・乳酸菌飲料	・豚丼 豚肉 玉葱 葱 焼肉のタレ・塩コショウ・酒 ・お吸い物 そうめん ほうれん草 葱 うどんだし・醤油・砂糖 だしの素・みりん・味の素	・鶏炊きこみごはん 鶏肉 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・酒 ・ミニうどん うどん かまぼこ 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 ・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 ・野菜サラダ キャベツ サニーレタス 人参 ツナ ・乳酸菌飲料
夕食	・チキンステーキ(レモン) ・ベーコンポテトバーグ ・キャベツ ・たこやき ・青のり ・たこ焼きソース ・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 ・お吸い物 巻麸・葱 玉葱 うどんだし・しょうゆ・さとう	・鶏の唐揚げ ・白身フライ ・キャベツ ・やきそば ・青のり ・高野煮 高野豆腐 グリーンピース 醤油・砂糖・だしの素 ・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 ・キャベツ ・ブロッコリー ・大根そぼろ煮 ・大根 ・人参 ・鶏ミンチ だしの素・醤油・砂糖 ・お吸い物 巻麸・葱 玉葱 うどんだし・しょうゆ・さとう	・鶏の唐揚げ ・白身フライ ・キャベツ ・やきそば ・青のり ・高野煮 高野豆腐 グリーンピース 醤油・砂糖・だしの素 ・味噌汁 豆腐 葱 味噌・だしの素・みりん・味の素	・チキンステーキ(レモン) ・ベーコンポテトバーグ ・キャベツ ・たこやき ・青のり ・たこ焼きソース ・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 ・お吸い物 巻麸・葱 玉葱 うどんだし・しょうゆ・さとう	・鶏の唐揚げ ・白身フライ ・キャベツ ・やきそば ・青のり ・高野煮 高野豆腐 グリーンピース 醤油・砂糖・だしの素 ・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 ・キャベツ ・ブロッコリー ・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 巻麸 ほうれんそう 味噌・だしの素・みりん・味の素
	・ご飯	・ご飯	・ご飯	・ご飯	・ご飯	・ご飯	・ご飯