海洋センター　10月～12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） ・チキンウィンナー キャベツ	・スクランブルエッグ （ケチャップ） ・ミートボール ・ナチュラルカットポテト （油） ・チキンウィンナー 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） ・チキンウィンナー キャベツ	・スクランブルエッグ （ケチャップ） ・ミートボール ・ナチュラルカットポテト （油） ・チキンウィンナー 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） ・チキンウィンナー キャベツ	・スクランブルエッグ （ケチャップ） ・ミートボール ・ナチュラルカットポテト （油） ・チキンウィンナー 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） ・チキンウィンナー 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	・チキンライス 鶏もも 玉葱 Mix・冷凍エリンギ コンソメ・ケチャップ・砂糖・味の素 ・コーンサラダ キャベツ 人参 水菜 コーン ・春雨スープ 緑豆春雨 ほうれん草 チキンボール ホンタン・醤油・砂糖・味の素	・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 芽キャベツ ・野菜サラダ キャベツ サニーレタス 人参 水菜	・カツ丼 ロース豚カツ 玉葱 葱 玉子 ・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 大根葉 葱 うどんだし・醤油・砂糖・みりん・だしの素・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 ハヤシライスルゥ 生姜・コンソメ・砂糖・ケチャップ ・スパ炒め スパゲティ 玉葱 Mix ソーセージスライス コンソメ・砂糖・塩コショウ ・オレンジゼリー	・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 ・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 千切りごぼう 油揚 椎茸スライス グリーンピース ・冷やしミニうどん うどん 蒸し鶏ほぐし身 葱 ・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 ・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 マヨネーズ ・乳酸菌飲料
	・漬物（福神漬）	・漬物（福神漬）	・漬物（さくら漬け）	・漬物（福神漬）	・漬物（福神漬）	・漬物（さくら漬け）	・漬物（福神漬）
夕食	・メンチカツ ・メンチカツ ・春巻き ・茄子のはさみ揚げ ・茄子のはさみ揚げ ・コインキャロット ・キャベツ ・ブロッコリー ・昆布和え 太もやし・塩昆布 大根葉 うどんダシ・醤油・砂糖・味の素 ・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	・チキンステーキ ・チキンステーキ（レモン） ・シューマイ ・キャベツ ・スパ炒め（ケチャップ） スパゲティ Mix 玉葱 ソーセージスライス ケチャップ・コンソメ・砂糖・塩コショウ ・菜の花と人参浸し 菜の花 人参 ・お吸い物 えのき・白葱・ きぬさや	・煮込みハンバーグ ・ハンバーグ ハヤシルゥ・ケチャップ ・キャベツ ・海老フライ ・海老フライ ・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 うどんダシ・醤油・砂糖 ・味噌汁 巻麩 水菜	・チキンカツ ・チキンカツ ケチャップ・ソース ・豚ロース玉葱串 ・豚ロース玉葱串 ・キャベツ ・やきそば ・やきそば ・青のり ・ゆかり和え 青梗菜 白菜 ゆかり・うどんダシ・醤油・砂糖・味の素 ・中華スープ 太もやし ホンタン・醤油・砂糖・味の素	・煮込みハンバーグ ・ハンバーグ てりやき ・チキンステーキ ・チキンステーキ（レモン） ・キャベツ ・カリフラワー ・高野煮 高野豆腐 G.P 醤油・砂糖・だし・片栗粉 ・味噌汁 じゃが芋 葱	・チキン南蛮 ・JJチキン タルタルソース ・キャベツ ・蓮根のきんぴら ・レンコン水煮 ・人参 ・こんにゃく だしの素・醤油・砂糖・みりん ・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	・ひれカツ ・ひれカツ 豚カツソース ・キャベツ ・野菜ハンバーグ ・野菜ハンバーグ ・もやしと小松菜浸し ・太もやし ・小松菜 ・人参 うどんダシ・醤油・砂糖・味の素 ・中華スープ 白菜 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）