

海洋センター

2026年4月、5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	<ul style="list-style-type: none"> ・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 	<ul style="list-style-type: none"> ・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 	<ul style="list-style-type: none"> ・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 	<ul style="list-style-type: none"> ・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 	<ul style="list-style-type: none"> ・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 	<ul style="list-style-type: none"> ・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 	<ul style="list-style-type: none"> ・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
	<ul style="list-style-type: none"> ・ご飯 ・味噌汁 (麩、葱) ・漬物 (刻みたくあん) 	<ul style="list-style-type: none"> ・ご飯 ・味噌汁 (油揚げ、葱) ・漬物 (刻みたくあん) 	<ul style="list-style-type: none"> ・ご飯 ・味噌汁 (麩、葱) ・漬物 (刻みたくあん) 	<ul style="list-style-type: none"> ・ご飯 ・味噌汁 (油揚げ、葱) ・漬物 (刻みたくあん) 	<ul style="list-style-type: none"> ・ご飯 ・味噌汁 (麩、葱) ・漬物 (刻みたくあん) 	<ul style="list-style-type: none"> ・ご飯 ・味噌汁 (油揚げ、葱) ・漬物 (刻みたくあん) 	<ul style="list-style-type: none"> ・ご飯 ・味噌汁 (麩、葱) ・漬物 (刻みたくあん)
昼食	<ul style="list-style-type: none"> ・鶏炊きこみごはん <ul style="list-style-type: none"> 鶏肉 人参・油揚げ 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 <ul style="list-style-type: none"> うどん かまぼこ 葱 うどんだし・だしの素・みりん ・磯辺揚げ <ul style="list-style-type: none"> ちくわ・青のり・小麦粉 ・キャベツ 	<ul style="list-style-type: none"> ・ビーフカレー <ul style="list-style-type: none"> 牛肉 じゃがいも 玉葱 人参 カレールウ コンソメ・砂糖 ・野菜サラダ <ul style="list-style-type: none"> キャベツ サニーレタス 人参 コーン ・乳酸菌飲料 	<ul style="list-style-type: none"> ・炒飯 <ul style="list-style-type: none"> 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 <ul style="list-style-type: none"> 麵 Aハム 葱 ポイルキャベツ ラーメンスープ ホンタン 	<ul style="list-style-type: none"> ・ハッシュドポーク <ul style="list-style-type: none"> 豚肉 玉葱 人参 エリンギスライス ダイスカットマト 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 	<ul style="list-style-type: none"> ・豚丼 <ul style="list-style-type: none"> 豚肉 玉葱 葱 焼肉のタレ・塩コショウ・酒 ・お吸い物 <ul style="list-style-type: none"> 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 	<ul style="list-style-type: none"> ・鶏炊きこみごはん <ul style="list-style-type: none"> 鶏肉 人参・油揚げ 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 <ul style="list-style-type: none"> うどん かまぼこ 葱 うどんだし・だしの素・みりん ・磯辺揚げ <ul style="list-style-type: none"> ちくわ・青のり・小麦粉 ・キャベツ 	<ul style="list-style-type: none"> ・ビーフカレー <ul style="list-style-type: none"> 牛肉 じゃがいも 玉葱 人参 カレールウ コンソメ・砂糖 ・野菜サラダ <ul style="list-style-type: none"> キャベツ サニーレタス 人参 ツナ ・乳酸菌飲料
	<ul style="list-style-type: none"> ・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 <ul style="list-style-type: none"> 青のり たこ焼きソース ・ゆかり和え <ul style="list-style-type: none"> 青梗菜 白菜 ゆかり うどんだし・醤油・砂糖・味の素 ・お吸い物 <ul style="list-style-type: none"> 巻麩・葱 玉葱 うどんだし・しょうゆ・さとう ・ご飯 	<ul style="list-style-type: none"> ・鶏の唐揚げ ・白身フライ ・キャベツ ・やきそば <ul style="list-style-type: none"> 青のり ・高野煮 <ul style="list-style-type: none"> 高野豆腐 グリーンピース 醤油・砂糖・だしの素 ・味噌汁 <ul style="list-style-type: none"> 豆腐 葱 味噌・だしの素・みりん・味の素 ・ご飯 	<ul style="list-style-type: none"> ・煮込みハンバーグ <ul style="list-style-type: none"> ハヤシフレーク・ケチャップ ・海老フライ <ul style="list-style-type: none"> キャベツ ・プロッコリー ・大根そぼろ煮 <ul style="list-style-type: none"> 大根 人参 鶏ミンチ だしの素・醤油・砂糖 ・お吸い物 <ul style="list-style-type: none"> 巻麩・葱 玉葱 うどんだし・しょうゆ・さとう ・ご飯 	<ul style="list-style-type: none"> ・鶏の唐揚げ ・白身フライ ・キャベツ ・やきそば <ul style="list-style-type: none"> 青のり ・高野煮 <ul style="list-style-type: none"> 高野豆腐 グリーンピース 醤油・砂糖・だしの素 ・味噌汁 <ul style="list-style-type: none"> 豆腐 葱 味噌・だしの素・みりん・味の素 ・ご飯 	<ul style="list-style-type: none"> ・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 <ul style="list-style-type: none"> 青のり たこ焼きソース ・ゆかり和え <ul style="list-style-type: none"> 青梗菜 白菜 ゆかり うどんだし・醤油・砂糖・味の素 ・お吸い物 <ul style="list-style-type: none"> 巻麩・葱 玉葱 うどんだし・しょうゆ・さとう ・ご飯 	<ul style="list-style-type: none"> ・鶏の唐揚げ ・白身フライ ・キャベツ ・やきそば <ul style="list-style-type: none"> 青のり ・高野煮 <ul style="list-style-type: none"> 高野豆腐 グリーンピース 醤油・砂糖・だしの素 ・味噌汁 <ul style="list-style-type: none"> 豆腐 葱 味噌・だしの素・みりん・味の素 ・ご飯 	<ul style="list-style-type: none"> ・煮込みハンバーグ <ul style="list-style-type: none"> ハヤシフレーク・ケチャップ ・海老フライ <ul style="list-style-type: none"> キャベツ ・プロッコリー ・大根そぼろ煮 <ul style="list-style-type: none"> 大根 人参 鶏ミンチ だしの素・醤油・砂糖 ・お吸い物 <ul style="list-style-type: none"> 巻麩 ほうれんそう 味噌・だしの素・みりん・味の素 ・ご飯