

夏メニュー6月1日～9月30日

17年夏メニュー

大分県マリンカルチャーセンター

	分類	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日	日曜日
朝食	主菜1	ハム野菜炒め	鯖の塩焼き	ポイルウインナー	さわらの照焼き	鯖の塩焼き	鯖の塩焼き	ポイルウインナー
	主菜2	スクランブルエッグ	出し巻卵	オムレツ	スクランブルエッグ	出し巻卵	スクランブルエッグ	オムレツ
	副菜1	ひじきと白滝の煮付け	五目きんぴら	切り干し大根の炒め煮	コーンとブロッコリーのマヨソース	ひじきと白滝の煮付け	五目きんぴら	切り干し大根の炒め煮
	汁物	玉葱と人参のスープ	キャベツ油揚げの味噌汁	ほうれん草と人参の味噌汁	トマトとオニオンのスープ	わかめと巻麩の味噌汁	キャベツと人参の中華スープ	玉葱と椎茸の味噌汁
共通メニュー		サラダ・ご飯・ふりかけ・味付海苔						
昼食	主食	スタミナ丼	チキンカレー	きのこハヤシライス	鮭わかめご飯	ポークカレー	きのこハヤシライス	鮭わかめご飯
	種類	冷し中華	-	-	冷しわかめうどん	-	-	冷したぬきうどん
	主菜1	シュウマイのカレー揚げ	白身魚のフライ	肉入りコロッケ	竹輪の磯辺揚げ・ポテトサラダ	野菜コロッケ	白身魚のフライ	野菜コロッケ・ポテトサラダ
	汁物	豆腐と長葱の味噌汁	野菜のチキンスープ	玉葱のスープ	キャベツと椎茸の味噌汁	ポテトと人参のスープ	小松菜と油揚げの味噌汁	わかめスープ
共通メニュー		サラダ・ご飯						
夕食	主菜1	照焼きハンバーグ	鶏ももの肉の照焼き	豚肉の生姜焼き	ハンバーグ大根おろしソース	チキン南蛮	ハンバーグデミソース	若鶏の唐揚げ
	主菜2	白身魚フライ	野菜コロッケ	鯖のコーンマヨ焼き	白身魚のフライ	厚揚げの煮物	アジフライ	鯖味噌煮
	副菜2	フライドポテト	ガーリックポテト	海苔ポテト	フライドポテト	ガーリックポテト	海苔ポテト	フライドポテト
	種類	トマトスパゲッティー	ソース焼きそば	柚子こしょう和風スパゲッティー	スパゲッティーナポリタン	ブルコギうどん	ソース焼きそば	スパゲッティーナポリタン
	汁物	コーンとわかめのスープ	玉葱とわかめの味噌汁	大根とわかめの味噌汁	ほうれん草と玉葱のスープ	玉葱と油揚げの味噌汁	わかめとネギの味噌汁	大根と青葱の味噌汁
	デザート	蒟蒻ゼリー(ピーチ)	グレープフルーツゼリー	青リンゴゼリー	イチゴゼリー	蒟蒻ゼリー(オレンジ)	青リンゴゼリー	イチゴゼリー
共通メニュー		サラダ・ご飯						