



大分県マリンカルチャーセンター

平成29年冬メニュー

12月～3月



	分類	月	火	水	木	金	土	日
朝食	主菜1	鮭塩焼き	ポイルウインナー	鯖の塩焼き	照焼き肉団子	ポイルウインナー	さわらの照焼き	鯖の塩焼き
	主菜2	スクランブルエッグ	オムレツ	出し巻き卵	オムレツ	スクランブルエッグ	オムレツ	出し巻き卵
	副菜1	切干大根の炒め煮	ひじきと白滝の煮付け	切干大根の炒め煮	大根と油揚げの煮物	きんぴら	切干大根の炒め煮	ひじきと白滝の煮付け
	汁物	玉葱と油揚げの味噌汁	豆腐とわかめの味噌汁	キャベツと油揚げの味噌汁	野菜のチキンスープ	キャベツと椎茸の味噌汁	もやしと人参の味噌汁	大根とわかめの味噌汁
共通メニュー		野菜サラダ・ご飯・ふりかけ・味付海苔						
昼食	主食	鮭わかめ御飯	ポークカレー	スタミナ丼	ハヤシライス	チキンカレー	スタミナ丼	ハヤシライス
	麺類	味噌ラーメン	-	カレーうどん	-	-	かき玉うどん	-
	主菜1	揚げシュウマイ ポテトサラダ	野菜コロッケ	竹輪の磯辺揚げ	メンチカツ	野菜コロッケ	竹輪の磯辺揚げ	メンチカツ
	汁物	-	キャベツと人参のスープ	-	豆腐と長葱の味噌汁	白菜と人参の味噌汁	-	春雨とわかめのスープ
共通メニュー		野菜サラダ・ご飯						
夕食	主菜1	照焼きハンバーグ	肉団子の酢豚風	若鶏の唐揚げ	ハンバーグデミソース	チキンカツ	ハンバーグ和風ソース	若鶏の唐揚
	主菜2	白身フライ	アジフライ	豚肉の生姜焼き	白身魚のフライ	鯖味噌煮	アジフライ	豚肉の生姜焼き
	副菜1	海苔ポテト	フライドポテト	ガーリックポテト	フライドポテト	海苔ポテト	フライドポテト	ガーリックポテト
	麺類	スパゲッティー赤しそ風味	焼きうどん	ペペロンチーノスパゲッティー	キムチ焼きそば	焼きうどん	明太子が ^ろ ゲッティー	ソース焼きそば
	汁物	もやしとほうれん草の味噌汁	大根と青葱の味噌汁	ほうれん草のスープ	わかめと玉葱の卵スープ	トマトとオニオンのスープ	白菜と椎茸の味噌汁	ほうれん草と玉葱の味噌汁
	デザート	青リンゴゼリー	グレープフルーツゼリー	ピーチゼリー	イチゴゼリー	青リンゴゼリー	グレープフルーツゼリー	ピーチゼリー
共通メニュー		野菜サラダ・ご飯						

※仕入れの都合により、メニューが一部変更になる場合がございます。ご了承ください。