

# 2021年度 大食堂メニュー(館内食)

2021年3月1日  
オーエンス泉岳自然ふれあい館

## 1. 館内食(通常)

	タイプ①		タイプ②		タイプ③					
	普通盛	大盛	普通盛	大盛	普通盛	大盛				
朝食	ごはん		*肉団子3個(もしくは5個) 追加	ロールパン2個		*肉団子3個(もしくは5個) 追加	ごはん		*肉団子3個(もしくは5個) 追加	
	みそ汁		*ごはん汁物 分量約1.5倍	ジャム		*ロールパン3個	みそ汁		*ごはん汁物 分量約1.5倍	
	(豆腐・わかめ)			(イチゴ&マーガリン)		*汁物 分量約1.5倍		(豆腐・わかめ)		
	鮭塩焼き			コンソメスープ			目玉焼き			
	厚焼き玉子			オムレツ			ウィンナー2本			
	インゲンのコマ和え			ハム			キャベツサラダ			
	ポテトサラダ			スバゲティサラダ			かぼちゃ煮			
	ふりかけ			キャベツサラダ			納豆			
牛乳			ブロッコリー			牛乳				
			牛乳							
昼食	豚丼		*豆腐つつみ焼き 追加	牛丼		*豆腐つつみ焼き 追加	笹かま入りチャーハン		*豆腐つつみ焼き 追加	
	みそ汁		*ごはん汁物 分量約1.5倍	みそ汁		*ごはん汁物 分量約1.5倍	中華スープ		*ごはん汁物 分量約1.5倍	
	(大根・わかめ)			(わかめ・油揚げ)			唐揚げ			
	野菜コロッケ			ブロッコリーとにんじんの和え物			白玉のずんだがけ			
	ナムル			春巻			キャベツサラダ			
	キャベツサラダ			キャベツサラダ			ヨーグルト			
	ヨーグルト			ヨーグルト						
夕食	ごはん		*揚げだし豆腐 追加	ごはん		*揚げだし豆腐 追加	ごはん		*揚げだし豆腐 追加	
	はっと汁		*ごはん汁物 分量約1.5倍	仙台雑煮		*ごはん汁物 分量約1.5倍	おくずかけ		*ごはん汁物 分量約1.5倍	
	ミックスフライ			ハンバーグ			クリームコロッケ			
	(エビフライ)			インゲンの和え物			ミニチカツ			
	(ハムカツ)			ポテトフライ			キャベツサラダ			
	(いかメンチカツ)			にんじんのグラッセ			ごぼうサラダ			
	キャベツサラダ			ブロッコリー			りんごセリー			
	マカロニサラダ			ぶどうセリー						
りんごセリー										

※牛乳は写真と異なる「北海道3.6牛乳 200ml(北海道日高乳業株式会社)」を提供します。