

# 2023年度 大食堂メニュー(館内食)

2023年3月24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 みそ汁 (豆腐・わかめ) 肉焼売 ウインナー ナポリタン 青菜のごま和え ふりかけ りんごジュース	エネルギー756kcal 	*肉だんご 追加 *ごはん汁物分量約1.5倍 	ごはん みそ汁 (豆腐・わかめ) 豆腐ハンバーグ ウインナー ナポリタン 青菜とコーンのソテー ふりかけ りんごジュース	エネルギー714kcal 	*肉だんご 追加 *ごはん汁物分量約1.5倍 	ごはん みそ汁 (豆腐・わかめ) さばの味噌煮 豆腐焼売 青菜の和え物 きんぴらごぼう ふりかけ りんごジュース	エネルギー682kcal 	*肉だんご 追加 *ごはん汁物分量約1.5倍 	
	昼食	豚丼 みそ汁 (大根・油揚げ) 白玉のずんだかけ ナムル アセロラゼリー	エネルギー854kcal 	*温泉卵 追加 *ごはん汁物分量約1.5倍 	焼肉丼 みそ汁 (大根・油揚げ) 白玉のずんだかけ 三角絹揚げ アセロラゼリー	エネルギー767kcal 	*温泉卵 追加 *ごはん汁物分量約1.5倍 	笹かま入り中華飯 気仙沼産ふかひれスープ 絹揚げの中華味噌 白玉のずんだかけ アセロラゼリー	エネルギー776kcal 	*温泉卵 追加 *ごはん汁物分量約1.5倍 
		夕食	ごはん はっと汁 ハムステーキ ミニチキン エビフライ キャベツサラダ ポテトサラダ ももタルト	エネルギー889kcal 	*鶏唐揚げ 追加 *ごはん汁物分量約1.5倍 	ごはん 仙台雑煮 ハンバーグ フライドポテト ミニグラタン ブロッコリー マカロニサラダ ガトーショコラ	エネルギー868kcal 	*鶏唐揚げ 追加 *ごはん汁物分量約1.5倍 	ごはん おくずかけ ハンバーグ エビフライ キャベツサラダ ポテトサラダ ももタルト	エネルギー1000kcal 