











薩摩川内市スポーツ交流研修センター 食事メニュー

朝食：700円

※ ①～⑨には、ごはん・きざみねぎ、全てにミニヨーグルト付き 焼き魚は各60g

| 番号 | ① | ② | ③ | ④ | ⑤ |
|------|---|---|--|---|---|
| メニュー | ○ スクラブルエッグ | ○ 玉子焼き | ○ 生卵（鉄板あり） | ○ スクラブルエッグ | ○ 玉子焼き |
| | ○ 揚げ豆腐のあんかけ | ○ ウインナー | ○ がんもの煮物 | ○ 冷奴 | ○ 揚げ豆腐のあんかけ |
| | ○ さばの塩焼き | ○ さけの塩焼き | ○ プリの塩焼き | ○ ウインナー | ○ ホッケの塩焼き |
| | ○ わかめのみそ汁 | ○ 豆腐のみそ汁 | ○ もやしのみそ汁 | ○ 野菜のみそ汁 | ○ わかめのみそ汁 |
| 写真 |  |  |  |  |  |
| 番号 | ⑥ | ⑦ | ⑧ | ⑨ | ⑩ |
| メニュー | ○ 生卵（鉄板あり） | ○ スクラブルエッグ | ○ 玉子焼き | ○ 玉子焼き | ○ 食パン2枚 |
| | ○ ウインナー | ○ がんもの煮物 | ○ 冷奴 | ○ ウインナー | ○ 目玉焼き |
| | ○ さばの塩焼き | ○ さけの塩焼き | ○ プリの塩焼き | ○ ミートボール | ○ ミニサラダ |
| | ○ 豆腐のみそ汁 | ○ 野菜のみそ汁 | ○ もやしのみそ汁 | ○ 豆腐のみそ汁 | ○ コンソメスープ |
| 写真 |  |  |  |  |  |

※ 季節や状況によっては、多少写真とは異なる場合もございますので、ご了承ください。