令和　6年　10-12月　こんだてひょう

2024.8.13作成
コンパスグループ・ジャパン㈱ 乗鞍店
※諸事情による変更は、ご了承ください。

		【 No.1 】	【 No.2 】	【 No.3 】	【 No.4 】	【 No.5 】	【 No.6 】
日付		10月（4・10・16・22・28日）	10月（5・11・17・23・29日）	10月（6・12・13・18・24・30日）	10月（1・7・13・19・25・31日）	10月（2・8・14・20・26日）	10月（3・9・15・21・27日）
日付		11月（3・9・15・21・27日）	11月（4・10・16・22・28日）	11月（5・11・17・23・29日）	11月（6・12・18・24・30日）	11月（1・7・13・19・25日）	11月（2・8・14・20・26日）
日付		12月（3・9・15・21・27日）	12月（4・10・16・22・28日）	12月（5・11・17・23日）	12月（6・12・18・24日）	12月（1・7・13・19・25日）	12月（2・8・14・20・26日）
朝食	主食	ごはん パン いちごジャム	ごはん パン いちごジャム	ごはん パン いちごジャム	ごはん パン いちごジャム	ごはん パン いちごジャム	ごはん パン いちごジャム
朝食	汁物	ごぼうの味噌汁	玉葱の味噌汁	ごぼうの味噌汁	玉葱の味噌汁	ごぼうの味噌汁	玉葱の味噌汁
朝食	おかず／サラダ	ミートボール コロッケ オムレツ ひじき煮 スパゲティサラダ 枝豆 キャベツの千切り〔せんぎり〕サラダ	ボイルウィンナー 白身フライ スクランブルエッグ きんぴら マカロニサラダ 枝豆 キャベツの千切り〔せんぎり〕サラダ	蒸し焼売 チキンナゲット オムレツ 切干大根煮 スパゲティサラダ 枝豆 キャベツの千切り〔せんぎり〕サラダ	ミートボール コロッケ オムレツ ひじき煮 スパゲティサラダ 枝豆 キャベツの千切り〔せんぎり〕サラダ	ボイルウィンナー 白身フライ スクランブルエッグ きんぴら マカロニサラダ 枝豆 キャベツの千切り〔せんぎり〕サラダ	蒸し焼売 チキンナゲット オムレツ 切干大根煮 スパゲティサラダ 枝豆 キャベツの千切り〔せんぎり〕サラダ
朝食	デザート	グレープフルーツ	オレンジ	グレープフルーツ	オレンジ	グレープフルーツ	オレンジ
朝食	その他	納豆（なっとう） お漬物（小梅、たくあん）	納豆（なっとう） お漬物（小梅、たくあん）	納豆（なっとう） お漬物（小梅、たくあん）	納豆（なっとう） お漬物（小梅、たくあん）	納豆（なっとう） お漬物（小梅、たくあん）	納豆（なっとう） お漬物（小梅、たくあん）
朝食	ドレッシング	ドレッシング（青じそ・フレンチ白・赤）	ドレッシング（青じそ・フレンチ白・赤）	ドレッシング（青じそ・フレンチ白・赤）	ドレッシング（青じそ・フレンチ白・赤）	ドレッシング（青じそ・フレンチ白・赤）	ドレッシング（青じそ・フレンチ白・赤）
朝食	ドリンク	水･オレンジジュース･アップルジュース･ウーロン茶･コーヒー	水･オレンジジュース･アップルジュース･ウーロン茶･コーヒー	水･オレンジジュース･アップルジュース･ウーロン茶･コーヒー	水･オレンジジュース･アップルジュース･ウーロン茶･コーヒー	水･オレンジジュース･アップルジュース･ウーロン茶･コーヒー	水･オレンジジュース･アップルジュース･ウーロン茶･コーヒー
昼食	主食	ごはん ビーフカレー	ごはん チキンカレー	ごはん ポークカレー	ごはん ビーフカレー	ごはん チキンカレー	ごはん ポークカレー
昼食	汁物	白菜の味噌汁	わかめの味噌汁	白菜の味噌汁	わかめの味噌汁	白菜の味噌汁	わかめの味噌汁
昼食	おかず／サラダ	メンチカツ ツナと野菜の炒め がんもの煮物 パンプキンサラダ ヤングコーン スナップエンドウ キャベツの千切り〔せんぎり〕サラダ	コーンフライ 野菜と豚肉の味噌炒め かぼちゃの煮物 ポテトサラダ 海藻ミックス スナップエンドウ キャベツの千切り〔せんぎり〕サラダ	ピーマン肉詰めフライ 大根と牛すじの煮物 もやしの香味和え パンプキンサラダ ヤングコーン スナップエンドウ キャベツの千切り〔せんぎり〕サラダ	メンチカツ ツナと野菜の炒め がんもの煮物 ポテトサラダ 海藻ミックス スナップエンドウ キャベツの千切り〔せんぎり〕サラダ	コーンフライ 野菜と豚肉の味噌炒め さつま芋のレモン煮 パンプキンサラダ ヤングコーン スナップエンドウ キャベツの千切り〔せんぎり〕サラダ	ピーマン肉詰めフライ 大根と牛すじの煮物 もやしの香味和え ポテトサラダ 海藻ミックス スナップエンドウ キャベツの千切り〔せんぎり〕サラダ
昼食	デザート	黒糖ゼリー	杏仁フルーツ	黒糖ゼリー	杏仁フルーツ	黒糖ゼリー	杏仁フルーツ
昼食	その他	お漬物（ふくじん漬、さくら漬）	お漬物（ふくじん漬、さくら漬）	お漬物（ふくじん漬、さくら漬）	お漬物（ふくじん漬、さくら漬）	お漬物（ふくじん漬、さくら漬）	お漬物（ふくじん漬、さくら漬）
昼食	ドレッシング	ドレッシング（青じそ・フレンチ白・赤）	ドレッシング（青じそ・フレンチ白・赤）	ドレッシング（青じそ・フレンチ白・赤）	ドレッシング（青じそ・フレンチ白・赤）	ドレッシング（青じそ・フレンチ白・赤）	ドレッシング（青じそ・フレンチ白・赤）
昼食	ドリンク	水・オレンジジュース・アップルジュース・ウーロン茶	水・オレンジジュース・アップルジュース・ウーロン茶	水・オレンジジュース・アップルジュース・ウーロン茶	水・オレンジジュース・アップルジュース・ウーロン茶	水・オレンジジュース・アップルジュース・ウーロン茶	水・オレンジジュース・アップルジュース・ウーロン茶
夕食	主食	ごはん ベジタブルピラフ トマトビーンズペンネ	ごはん ひじきご飯 塩焼きそば	ごはん 五目まぜご飯 味噌チャプチェ	ごはん ベジタブルピラフ トマトビーンズペンネ	ごはん ひじきご飯 塩焼きそば	ごはん 五目まぜご飯 味噌チャプチェ
夕食	汁物	大根の味噌汁	ほうれんそうの味噌汁	大根の味噌汁	ほうれんそうの味噌汁	大根の味噌汁	ほうれんそうの味噌汁
夕食	おかず／サラダ	野菜とチキンの中華煮 ハムカツ フライドポテト（塩味） 白菜のうま煮 豆のサラダ カーネルコーン キャベツの千切り〔せんぎり〕サラダ	甘酢肉団子 串カツ フライドポテト（ゆかり味） キャベツのペペロンソテー 花野菜サラダ カーネルコーン キャベツの千切り〔せんぎり〕サラダ	照焼ハンバーグ アジフライ フライドポテト（ガーリック） こんにゃくの四川風炒め ゴボウのサラダ カーネルコーン キャベツの千切り〔せんぎり〕サラダ	野菜とチキンの中華煮 ハムカツ フライドポテト（塩味） 白菜のうま煮 豆のサラダ カーネルコーン キャベツの千切り〔せんぎり〕サラダ	甘酢肉団子 串カツ フライドポテト（ゆかり味） キャベツのペペロンソテー 花野菜サラダ カーネルコーン キャベツの千切り〔せんぎり〕サラダ	鯖の塩焼き ささみしそ巻フライ フライドポテト（ガーリック） こんにゃくの四川風炒め ゴボウのサラダ カーネルコーン キャベツの千切り〔せんぎり〕サラダ
夕食	デザート	三色寒天フルーツ	パイン＆みかん缶	杏仁フルーツ	三色寒天フルーツ	杏仁フルーツ	パイン＆みかん缶
夕食	その他	お漬物（つぼ漬、赤かぶ漬）	お漬物（つぼ漬、赤かぶ漬）	お漬物（つぼ漬、赤かぶ漬）	お漬物（つぼ漬、赤かぶ漬）	お漬物（つぼ漬、赤かぶ漬）	お漬物（つぼ漬、赤かぶ漬）
夕食	ドレッシング	ドレッシング（青じそ・フレンチ白・赤）	ドレッシング（青じそ・フレンチ白・赤）	ドレッシング（青じそ・フレンチ白・赤）	ドレッシング（青じそ・フレンチ白・赤）	ドレッシング（青じそ・フレンチ白・赤）	ドレッシング（青じそ・フレンチ白・赤）
夕食	ドリンク	水・オレンジジュース・アップルジュース・ウーロン茶	水・オレンジジュース・アップルジュース・ウーロン茶	水・オレンジジュース・アップルジュース・ウーロン茶	水・オレンジジュース・アップルジュース・ウーロン茶	水・オレンジジュース・アップルジュース・ウーロン茶	水・オレンジジュース・アップルジュース・ウーロン茶