

令和4年 10月 こんだてひょう & アレルゲン表 NO.1

コンパスグループ・ジャパン(株) 乗鞍店

※諸事情による変更は、ご了承ください。

日付	【 №1 】 アレルゲン表示								【 №2 】 アレルゲン表示								【 №3 】 アレルゲン表示											
	1・7・13・19・25・31	小麦	卵	乳	そば	落花生	エビ	カニ	ごま	2・8・14・20・26	小麦	卵	乳	そば	落花生	エビ	カニ	ごま	3・9・15・21・27	小麦	卵	乳	そば	落花生	エビ	カニ	ごま	
朝 食	ごはん								ごはん										ごはん									
	ぞうすい(中華)							●	ぞうすい(おかか)									▲	ぞうすい(若菜)								▲	
	ロールパン・食パン(いちごジャム・マーガリン)	●	●	●				▲	ロールパン・食パン(いちごジャム・マーガリン)	●	●	●						▲	ロールパン・食パン(いちごジャム・マーガリン)	●	●	●					▲	
	コーンフレーク	▲		▲					コーンフレーク	▲		▲							コーンフレーク	▲		▲						
	みそ汁(はくさい・わかめ・ねぎ)								みそ汁(キャベツ・油あげ・ねぎ)										みそ汁(玉ねぎ・油あげ・わかめ)									
	肉入りコロッケ	●		●					やさいコロッケ	●		●							かぼちゃコロッケ	●	●	●						
	ふわふわエッグ(ミックスベジタブル)	●	●	●					ミートオムレツ	●	●	●			▲	▲	▲	プレーンオムレツ	●	●	●			▲	▲	▲		
	かつおフレーク	●							さけフレーク	●								かつおフレーク	●									
	オクラとハムのあっさり和風煮	●	●	●					ヤングコーンとベーコンの中華煮	●	●	●						キャベツとウインナーのコンソメ煮	●									
	マカロニのめんたいマヨサラダ	●	●						ごぼうの赤しそあえ	●								はるさめの中華サラダ								●		
キャベツと人参の千切り【せんざり】サラダ								キャベツと人参の千切り【せんざり】サラダ									キャベツと人参の千切り【せんざり】サラダ											
ドレッシング(フレンチ白・フレンチ赤・青じそ)								※共通品目 参照									ドレッシング(フレンチ白・フレンチ赤・青じそ)											
オレンジ								グレープフルーツ									オレンジ											
納豆【なっとう】	●							納豆【なっとう】	●								納豆【なっとう】	●										
ふりかけ2種(さけ、かつお)								ふりかけ2種(さけ、かつお)									ふりかけ2種(さけ、かつお)											
お漬物(小梅、青かっぱ漬)								お漬物(小梅、つぼ漬)									お漬物(小梅、青かっぱ漬)											
牛乳・ウーロン茶・オレンジジュース								牛乳・ウーロン茶・オレンジジュース									牛乳・ウーロン茶・オレンジジュース											
グレープフルーツジュース・コーヒー								グレープフルーツジュース・コーヒー									グレープフルーツジュース・コーヒー											
※共通品目 参照																												
昼 食	ごはん								ごはん										ごはん									
	野菜カレー	●		●					ビーフカレー	●	▲	●						ポークカレー	●		●							
	わかめスープ							●	みそ汁(しいたけ・油あげ・ねぎ)									オニオンスープ	●		●							
	ハンバーグ たりやきソース	●		●					なすの肉づめフライ	●	●	▲		▲			▲	とり肉だんごの甘酢あんかけ	●	●	●			▲	▲			
	サバの竜田【たつた】あげ	●							サバの塩焼き	●								白身魚のフライ	●									
	ツナとひじきのいため煮	●							こもとうふのふくめ煮	●								きざみこぶと油あげの煮物	●						▲	▲		
	ごぼうのごまドレサラダ	●	●					●	キャベツの塩こんぶあえ	●								海そうとビーフのボン酢サラダ	●						▲	▲		
	ブロッコリー								ミックスビーンズ	●								コーン										
	キャベツと人参の千切り【せんざり】サラダ								キャベツと人参の千切り【せんざり】サラダ									キャベツと人参の千切り【せんざり】サラダ										
	ドレッシング(フレンチ白・フレンチ赤・青じそ)								※共通品目 参照									ドレッシング(フレンチ白・フレンチ赤・青じそ)										
アイスクリーム(抹茶)			●					シャーベット(レモン)									アイスクリーム(パニラ)		●	●								
お漬物(ふくじん漬、たくあん漬)								お漬物(ふくじん漬、さくら漬)									お漬物(ふくじん漬、たくあん漬)											
ふりかけ2種(さけ、かつお)								ふりかけ2種(さけ、かつお)									ふりかけ2種(さけ、かつお)											
オレンジジュース・ウーロン茶								オレンジジュース・ウーロン茶									オレンジジュース・ウーロン茶											
グレープフルーツジュース								グレープフルーツジュース									グレープフルーツジュース											
※共通品目 参照																												
夕 食	ごはん								ごはん										ごはん									
	たかなごはん	●							ひじきとわかめのまぜごはん	●						▲	▲	ちらしごはん	●								●	
	きのこコーンのクリームペンネ	●	▲	●				▲	上海風【しゃんはいふう】焼きそば	●	●							ペペロンチーノ	●									
	トマトスープ	●		●					チンゲン菜とだいこんの中華スープ	●								みそ汁(ほうれん草・とうふ)	●									
	鶏の唐揚げ【とりのからあげ】	●	●	●					メンチカツ	●		●						ハンバーグ ジンジャーソース	●		●							
	蒸しぎょうざのボン酢あえ	●	●	▲		▲		●	とり肉だんごキャベツのあっさり煮	●	●	●			▲	▲	▲	ワカサギのフリッター バジル風味	●		●							
	たけのこのとき煮	●		▲					こんにやくごぼうのうま煮	●	▲	▲						茄子とパプリカのトマト煮	●		●							
	フレンチポテト(コンソメ味)	●		●					フレンチポテト(のり塩味)	●					▲			フレンチポテト(塩味)	●									
	はるさめの中華サラダ							●	いんげんのおかかマヨあえ	●	●							かぼちゃとポテトのマヨサラダ										
	海そうサラダ								スナップエンドウ	●								カリフラワー			●							
キャベツと人参の千切り【せんざり】サラダ								キャベツと人参の千切り【せんざり】サラダ									キャベツと人参の千切り【せんざり】サラダ											
ドレッシング(フレンチ白・フレンチ赤・青じそ)								※共通品目 参照									ドレッシング(フレンチ白・フレンチ赤・青じそ)											
フルーツポンチ								三色寒天フルーツ									杏仁フルーツ			●								
お漬物(さくら漬、赤かぶ漬)								お漬物(つぼ漬、たくあん漬)									お漬物(つぼ漬、赤かぶ漬)											
ふりかけ2種(さけ、かつお)								ふりかけ2種(さけ、かつお)									ふりかけ2種(さけ、かつお)											
オレンジジュース・ウーロン茶								オレンジジュース・ウーロン茶									オレンジジュース・ウーロン茶											
グレープフルーツジュース								グレープフルーツジュース									グレープフルーツジュース											
※共通品目 参照																												

※共通品目(飲み物)	小麦	卵	乳	そば	落花生	エビ	カニ	ごま	※共通品目(ふりかけ)	小麦	卵	乳	そば	落花生	エビ	カニ	ごま	※共通品目(ドレッシング)	小麦	卵	乳	そば	落花生	エビ	カニ	ごま	
オレンジジュース・グレープフルーツジュース									さけふりかけ	●		●						●	フレンチドレッシング 白		●						
ウーロン茶									かつおふりかけ	●		●						●	フレンチドレッシング 赤		●						
牛乳			●															●	香味青じそドレッシング	●							

令和4年 10月 こんだてひょう & アレルゲン表

NO. 2

コンパスグループ・ジャパン(株) 乗鞍店

※諸事情による変更は、ご了承ください。

日付	【 №.4 】 アレルギー表示								【 №.5 】 アレルギー表示								【 №.6 】 アレルギー表示												
	4・10・16・22・28	小麦	卵	乳	そば	落花生	エビ	カニ	ごま	5・11・17・23・29	小麦	卵	乳	そば	落花生	エビ	カニ	ごま	6・12・18・24・30	小麦	卵	乳	そば	落花生	エビ	カニ	ごま		
朝 食	ごはん								ごはん										ごはん										
	ぞうすい(中華)							●	ぞうすい(おほか)									▲	ぞうすい(若菜)									▲	
	ロールパン・食パン(いちごジャム・マーガリン)	▲	●	●					ロールパン・食パン(いちごジャム・マーガリン)	▲	●	●						▲	ロールパン・食パン(いちごジャム・マーガリン)	▲	●	●						▲	
	コーンフレーク	▲		▲					コーンフレーク	▲		▲							コーンフレーク	▲		▲							
	みそ汁(はくさい・わかめ・ねぎ)								みそ汁(キャベツ・油あげ・ねぎ)										みそ汁(玉ねぎ・油あげ・わかめ)										
	肉入りコロッケ	●		●					やさしいコロッケ	●		●							かぼちゃコロッケ	●	●	●							
	ふわふわエッグ(ミックスベジタブル)		●	●					ミートオムレツ	●	●	●				▲	▲	▲	ブレーンオムレツ	●	●	●							
	さけフレーク								かつおフレーク	●									さけフレーク	●									
	もやしとハムのあっさり和風煮	●	●	●					カリフラワーとベーコンの中華煮	●	●	●							いんげんとうウィンナーのコンソメ煮	●		●							
	いんげんのごまあえ	●						●	おくらのなめたけあえ	●									ブロッコリーと桜エビのおかかあえ	●						●			
キャベツと人参の千切り【せんざり】サラダ									キャベツと人参の千切り【せんざり】サラダ										キャベツと人参の千切り【せんざり】サラダ										
ドレッシング(フレンチ白・フレンチ赤・青じそ)									ドレッシング(フレンチ白・フレンチ赤・青じそ)										ドレッシング(フレンチ白・フレンチ赤・青じそ)										
グレープフルーツ									オレンジ										グレープフルーツ										
納豆【なっとう】	●								納豆【なっとう】	●									納豆【なっとう】	●									
ふりかけ2種(さけ、かつお)									ふりかけ2種(さけ、かつお)										ふりかけ2種(さけ、かつお)										
お漬物(小梅、さくら漬)									お漬物(小梅、つぼ漬)										お漬物(小梅、たくあん漬)										
牛乳・ウーロン茶・オレンジジュース									牛乳・ウーロン茶・オレンジジュース										牛乳・ウーロン茶・オレンジジュース										
グレープフルーツジュース・コーヒー									グレープフルーツジュース・コーヒー										グレープフルーツジュース・コーヒー										
昼 食	ごはん								ごはん										ごはん										
	野菜カレー	●		●					ビーフカレー	●	▲	●							ポークカレー	●		●							
	中華スープ							●	みそ汁(とうふ・わかめ・ねぎ)										すまし汁	●									
	ひとくちトンカツ	●	●	●					蒸し餃子のおろしあんかけ	●	●	▲		▲				●	チキンカツ	●		●							
	アジの塩焼き	●							イカカツ	●									サバのてり焼き	●									
	あつあつの煮物	●							高野豆腐のふくめ煮	●									蒸しかぼちゃ	●									
	おくらとり肉のカルパッチョサラダ	●	▲			▲			はるさめの中華サラダ										キャベツのかつおあえ	●									
	ブロッコリー								ミックスビーンズ										コーン										
	キャベツと人参の千切り【せんざり】サラダ									キャベツと人参の千切り【せんざり】サラダ										キャベツと人参の千切り【せんざり】サラダ									
	ドレッシング(フレンチ白・フレンチ赤・青じそ)									ドレッシング(フレンチ白・フレンチ赤・青じそ)										ドレッシング(フレンチ白・フレンチ赤・青じそ)									
シャーベット(りんご)									アイスクリーム(ストロベリー)			●							シャーベット(グレープ)										
お漬物(ふくじん漬、青かつば漬)									お漬物(ふくじん漬、さくら漬)										お漬物(ふくじん漬、青かつば漬)										
ふりかけ2種(さけ、かつお)									ふりかけ2種(さけ、かつお)										ふりかけ2種(さけ、かつお)										
オレンジジュース・ウーロン茶									オレンジジュース・ウーロン茶										オレンジジュース・ウーロン茶										
グレープフルーツジュース									グレープフルーツジュース										グレープフルーツジュース										
夕 食	ごはん								ごはん										ごはん										
	梅としらすのまぜごはん	●					▲	▲	●	ゆかりごはん	●									天かすと青のりのまぜごはん	●						▲	▲	●
	トマトソースペンネ	●	▲	●					焼きビーフン	●									和風たらこスパゲッティ	●	●								
	ベーコンとやさいのコンソメスープ	●	●	●					けんちん汁	●									みそ汁(こまつ菜・キャベツ)	●									
	チキンカツ	●	●	●					ハンバーグ デミグラスソース	●		●							メンチカツ	●		●							
	海鮮【かいせん】だんごのきのこ中華あんかけ	●	●						さわらのみそ焼き	●									海鮮【かいせん】だんごのおろしあんかけ	●	●								
	がんもどきのいなか煮	●							きんぴらレンコン	●									とり肉とごもくまめのうま煮	●									
	フレンチポテト(コンソメ味)	●		●					フレンチポテト(のり塩味)	●									フレンチポテト(塩味)	●									
	アスパラガスとツナの和風あえ	●							もやしとさんさいのナムル風あえ	●									ビーフンの中華サラダ	●									
	海そうサラダ							▲	▲	スナップエンドウ										カリフラワー									●
キャベツと人参の千切り【せんざり】サラダ									キャベツと人参の千切り【せんざり】サラダ										キャベツと人参の千切り【せんざり】サラダ										
ドレッシング(フレンチ白・フレンチ赤・青じそ)									ドレッシング(フレンチ白・フレンチ赤・青じそ)										ドレッシング(フレンチ白・フレンチ赤・青じそ)										
フルーツポンチ									三色寒天フルーツ										杏仁フルーツ			●							
お漬物(たくあん漬、赤かぶ漬)									お漬物(青かつば漬、赤かぶ漬)										お漬物(つぼ漬、さくら漬)										
ふりかけ2種(さけ、かつお)									ふりかけ2種(さけ、かつお)										ふりかけ2種(さけ、かつお)										
オレンジジュース・ウーロン茶									オレンジジュース・ウーロン茶										オレンジジュース・ウーロン茶										
グレープフルーツジュース									グレープフルーツジュース										グレープフルーツジュース										

※共通品目(漬物)	小麦	卵	乳	そば	落花生	エビ	カニ	ごま	※共通品目(漬物)	小麦	卵	乳	そば	落花生	エビ	カニ	ごま
小梅									福神漬	●							
さくら漬									つぼ漬	●							
赤かぶ漬	●								たくあん漬	●							
									青かつば漬	●							●

※▲表示については、コンタミの可能性のあるアレルゲンです。  
 ※諸事情によりメニュー変更等が行われる場合、アレルゲン表も変更になる場合があります。  
 ※当食堂ではバイキング方式の為、稀に他の料理が混入する場合がございます。  
 ※別紙「アレルギー対応について」もご覧ください。