令和３年　１２月　こんだてひょう

ユーレストジャパン㈱　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		1・7・13・19・25	2・8・14・20・26	3・9・15・21・27	4・10・16・22・28	5・11・17・23	6・12・18・24
朝食	主食	ごはん ぞうすい（中華） 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	ごはん ぞうすい（おかか） 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	ごはん 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） コーンフレーク	ごはん ぞうすい（中華） 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	ごはん ぞうすい（おかか） 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	ごはん 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） コーンフレーク
	汁物	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）	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）
	おかず／サラダ	肉入りコロッケ ふわふわエッグ（グリーンピース） さけフレーク いんげんとウインナーのコンソメ煮 はるさめの中華サラダ キャベツの千切り〔せんぎり〕サラダ	やさいコロッケ ミートオムレツ かつおフレーク オクラとハムのあっさり和風煮 もやしの赤しそあえ キャベツの千切り〔せんぎり〕サラダ	かぼちゃコロッケ プレーンオムレツ さけフレーク ヤングコーンとベーコンの中華煮 マカロニのめんたいマヨサラダ キャベツの千切り〔せんぎり〕サラダ	肉入りコロッケ ふわふわエッグ（グリーンピース） かつおフレーク キャベツとウインナーのコンソメ煮 いんげんのごまあえ キャベツの千切り〔せんぎり〕サラダ	やさいコロッケ ミートオムレツ さけフレーク もやしとハムのあっさり和風煮 ビーフンの中華サラダ キャベツの千切り〔せんぎり〕サラダ	かぼちゃコロッケ プレーンオムレツ かつおフレーク カリフラワーとベーコンの中華煮 ごぼうのごまドレサラダ キャベツの千切り〔せんぎり〕サラダ
	ドレッシング	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）	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）
	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
	その他	納豆〔なっとう〕 ふりかけ２種（さけ、かつお） お漬物（小梅、さくら漬）	のり佃煮〔つくだに〕 ふりかけ２種（さけ、かつお） お漬物（小梅、つぼ漬）	納豆〔なっとう〕 ふりかけ２種（さけ、かつお） お漬物（小梅、たくあん漬）	のり佃煮〔つくだに〕 ふりかけ２種（さけ、かつお） お漬物（小梅、青かっぱ漬）	納豆〔なっとう〕 ふりかけ２種（さけ、かつお） お漬物（小梅、つぼ漬）	のり佃煮〔つくだに〕 ふりかけ２種（さけ、かつお） お漬物（小梅、青かっぱ漬）
	ドリンク	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	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	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	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	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	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
昼食	主食	ごはん ポークカレー	ごはん 野菜カレー	ごはん ビーフカレー	ごはん ポークカレー	ごはん 野菜カレー	ごはん ビーフカレー
	汁物	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	中華スープ	みそ汁（とうふ・わかめ・ねぎ）	すまし汁
	おかず／サラダ	蒸しぎょうざの中華あんかけ イカカツ きりぼしだいこんの煮物 アスパラガスのめんたいマヨあえ ミックスビーンズ キャベツの千切り〔せんぎり〕サラダ	なすの肉づめフライ サバの塩焼き こもとうふのふくめ煮 おくらのなめたけあえ ブロッコリー キャベツの千切り〔せんぎり〕サラダ	ハンバーグ　和風ソース 白身魚のフライ あつあげの煮物 キャベツの塩こんぶあえ 海そうサラダ キャベツの千切り〔せんぎり〕サラダ	ひとくちトンカツ アジ塩焼き こうやとうふのふくめ煮 アスパラガスとツナの和風あえ ミックスビーンズ キャベツの千切り〔せんぎり〕サラダ	鶏の唐揚げ〔とりのからあげ〕 海鮮〔かいせん〕だんごのきのこあんかけ きざみこぶと油あげの煮物 おくらととり肉のカルパッチョサラダ ブロッコリー キャベツの千切り〔せんぎり〕サラダ	チキンカツ サバの照焼〔てりやき〕 ほうれん草ときのこの中華煮 きぬさやと桜エビのおかかあえ 海そうサラダ キャベツの千切り〔せんぎり〕サラダ
	ドレッシング	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）	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）
	デザート	フルーツポンチ	フルーツ＆フルーチェ（ピーチ）	三色寒天〔かんてん〕フルーツ	フルーツポンチ	フルーツ＆フルーチェ（ミックスベリー）	三色寒天〔かんてん〕フルーツ
	その他	お漬物（ふくじん漬、青かっぱ漬） ふりかけ２種（さけ、かつお）	お漬物（ふくじん漬、さくら漬） ふりかけ２種（さけ、かつお）	お漬物（ふくじん漬、青かっぱ漬） ふりかけ２種（さけ、かつお）	お漬物（ふくじん漬、つぼ漬） ふりかけ２種（さけ、かつお）	お漬物（ふくじん漬、さくら漬） ふりかけ２種（さけ、かつお）	お漬物（ふくじん漬、たくあん漬） ふりかけ２種（さけ、かつお）
	ドリンク	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	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	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	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	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	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
夕食	主食	ごはん ひじきとわかめのまぜごはん ペペロンチーノ	ごはん 高菜〔たかな〕ごはん 焼きそば	ごはん ちらしごはん はるさめのチャプチェ	ごはん 梅としらすのまぜごはん トマトソースペンネ	ごはん ゆかりごはん 和風たらこスパゲッティ	ごはん 天かすと青のりのまぜごはん 焼きビーフン
	汁物	チンゲン菜とキャベツのみそ汁	だいこんときのこの中華スープ	けんちん汁	ほうれん草とキャベツのみそ汁	ベーコンとやさいのコンソメスープ	トマトスープ
	おかず／サラダ	ハンバーグ　てりやきソース ワカサギのフリッター　バジル風味 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） 海そうとビーフンのポン酢サラダ カリフラワー キャベツの千切り〔せんぎり〕サラダ	メンチカツ とり肉だんごとなると巻きのおでん風煮 きんぴらレンコン フレンチポテト（のり塩味） もやしとさんさいのナムル風あえ コーン キャベツの千切り〔せんぎり〕サラダ	チキンカツ 海鮮〔かいせん〕だんごの和風あんかけ たけのこのとさ煮 フレンチポテト（塩味） ごぼうの和風マヨサラダ いんげん キャベツの千切り〔せんぎり〕サラダ	蒸しぎょうざのポン酢和え とり肉だんごとキャベツのボトフ風煮 こんにゃくごぼうのうま煮 フレンチポテト（コンソメ味） はるさめの中華サラダ カリフラワー キャベツの千切り〔せんぎり〕サラダ	ハンバーグ　デミグラスソース サバの竜田〔たつた〕あげ ツナとひじきのいため煮 フレンチポテト（のり塩味） かぼちゃとポテトのマヨサラダ コーン キャベツの千切り〔せんぎり〕サラダ	メンチカツ さわらのみそ焼き がんもどきのふくめ煮 フレンチポテト（塩味） アスパラガスとツナの和風あえ いんげん キャベツの千切り〔せんぎり〕サラダ
	ドレッシング	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）	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）
	デザート	三色寒天〔かんてん〕フルーツ	杏仁〔あんにん〕フルーツ	こんにゃくゼリー＆フルーツカクテル	三色寒天〔かんてん〕フルーツ	杏仁〔あんにん〕フルーツ	こんにゃくゼリー＆フルーツカクテル
	その他	お漬物（たくあん漬、赤かぶ漬） ふりかけ２種（さけ、かつお）	お漬物（青かっぱ漬、赤かぶ漬） ふりかけ２種（さけ、かつお）	お漬物（つぼ漬、さくら漬） ふりかけ２種（さけ、かつお）	お漬物（さくら漬、赤かぶ漬） ふりかけ２種（さけ、かつお）	お漬物（つぼ漬、たくあん漬） ふりかけ２種（さけ、かつお）	お漬物（つぼ漬、さくら漬） ふりかけ２種（さけ、かつお）
	ドリンク	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	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	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	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	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	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