令和４年　９月　こんだてひょう

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		５・１１・１７・２３・２９	６・１２・１８・２４・３０	１・７・１３・１９・２５	２・８・１４・２０・２６	３・９・１５・２１・２７	４・１０・１６・２２・２８
朝食	主食	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	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
	汁物	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）	みそ汁（はくさい・わかめ・ねぎ）
	おかず／サラダ	やさいコロッケ ミートオムレツ かつおフレーク カリフラワーとベーコンの中華煮 はるさめの中華サラダ キャベツと人参の千切り〔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 いんげんとウインナーのコンソメ煮 おくらのなめたけあえ キャベツと人参の千切り〔せんぎり〕サラダ	肉入りコロッケ ふわふわエッグ（ミックスベジタブル） かつおフレーク オクラとハムのあっさり和風煮 ごぼうの赤しそあえ キャベツと人参の千切り〔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 ヤングコーンとベーコンの中華煮 いんげんのごまあえ キャベツと人参の千切り〔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 キャベツとウインナーのコンソメ煮 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〔せんぎり〕サラダ	肉入りコロッケ ふわふわエッグ（ミックスベジタブル） さけフレーク もやしとハムのあっさり和風煮 マカロニのめんたいマヨサラダ キャベツと人参の千切り〔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	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	グレープフルーツ
	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、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）	納豆〔なっとう〕 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）	納豆〔なっとう〕 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、さくら漬）
	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 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	ごはん ポークカレー	ごはん 野菜カレー
	汁物	みそ汁（とうふ・わかめ・ねぎ）	すまし汁	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
	おかず／サラダ	チキンカツ サバの塩焼き がんもどきのいなか煮 夏野菜のマリネ スナップエンドウ キャベツと人参の千切り〔せんぎり〕サラダ	ハンバーグ　てりやきソース イカカツ 茄子とパプリカのトマト煮 キャベツのかつおあえ ミックスビーンズ キャベツと人参の千切り〔せんぎり〕サラダ	なすの肉づめフライ アジの塩焼き あつあげの煮物 海そうとビーフンのポン酢サラダ コーン キャベツと人参の千切り〔せんぎり〕サラダ	とり肉だんごの甘酢あんかけ サバの竜田〔たつた〕あげ さつま揚げの生姜煮 かぼちゃとポテトのマヨサラダ スナップエンドウ キャベツと人参の千切り〔せんぎり〕サラダ	ひとくちトンカツ サバのてり焼き 蒸しかぼちゃ おくらととり肉のカルパッチョサラダ ミックスビーンズ キャベツと人参の千切り〔せんぎり〕サラダ	蒸しぎょうざのおろしあんかけ 白身魚のフライ きざみこぶと油あげの煮物 ごぼうのごまドレサラダ コーン キャベツと人参の千切り〔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	アイスクリーム	アイスクリーム	アイスクリーム	アイスクリーム	アイスクリーム	アイスクリーム
	その他	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、たくあん漬） 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）	お漬物（ふくじん漬、青かっぱ漬） 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 ゆかりごはん トマトソースペンネ	ごはん 天かすと青のりのまぜごはん 和風たらこスパゲッティ	ごはん ひじきとわかめのまぜごはん 上海風〔しゃんはいふう〕焼きそば	ごはん たかなごはん きのことコーンのクリームペンネ	ごはん ちらしごはん ペペロンチーノ	ごはん 梅としらすのまぜごはん 焼きビーフン
	汁物	けんちん汁	みそ汁（こまつ菜・とうふ）	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・キャベツ）	ベーコンとやさいのコンソメスープ
	おかず／サラダ	メンチカツ とり肉だんごとキャベツのあっさり煮 こもとうふのふくめ煮 フレンチポテト（のり塩味） アスパラガスとツナの和風あえ ブロッコリー キャベツと人参の千切り〔せんぎり〕サラダ	チキンカツ 海鮮〔かいせん〕だんごのおろしあんかけ きんぴらレンコン フレンチポテト（塩味） もやしとさんさいのナムル風あえ 海そうサラダ キャベツと人参の千切り〔せんぎり〕サラダ	ハンバーグ　デミグラスソース 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） ビーフンの中華サラダ カリフラワー キャベツと人参の千切り〔せんぎり〕サラダ	メンチカツ 蒸しぎょうざのポン酢あえ たけのこのとさ煮 フレンチポテト（のり塩味） 夏野菜のマリネ ブロッコリー キャベツと人参の千切り〔せんぎり〕サラダ	ハンバーグ　ジンジャーソース さわらのみそ焼き こんにゃくごぼうのうま煮 フレンチポテト（塩味） はるさめの中華サラダ 海そうサラダ キャベツと人参の千切り〔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〕だんごのきのこ中華あんかけ ツナとひじきのいため煮 フレンチポテト（コンソメ味） いんげんのおかかマヨあえ カリフラワー キャベツと人参の千切り〔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	シャーベット	シャーベット	シャーベット	シャーベット	シャーベット	シャーベット
	その他	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、赤かぶ漬） ふりかけ２種（さけ、かつお）	お漬物（たくあん漬、赤かぶ漬） 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