令和５年　２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		６・１２・１８・２４	１・７・１３・１９・２５	２・８・１４・２０・２６	３・９・１５・２１・２７	４・１０・１６・２２・２８	５・１１・１７・２３
朝食	主食	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	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
	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	かぼちゃコロッケ プレーンオムレツ さけフレーク 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 もやしとハムのあっさり和風煮 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	やさいコロッケ ミートオムレツ さけフレーク カリフラワー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 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 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 かつおフレーク ヤングコーンとベーコンの中華煮 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
	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、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、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、赤かぶ漬）	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）	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）
	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	わかめスープ	すまし汁	みそ汁（とうふ・わかめ・ねぎ）	中華スープ	オニオンスープ	みそ汁（しいたけ・油あげ・ねぎ）
	おかず／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 きざみこぶと油あげの煮物 ごぼうのごまドレサラダ 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 サバのてり焼き 蒸しかぼちゃ キャベツの塩こんぶあえ 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	蒸しぎょうざのおろしあんかけ イカカツ ツナとひじきのいため煮 おくらととり肉のカルパッチョサラダ コーン 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 サバの塩焼き こもとうふのふくめ煮 海そうとビーフンのポン酢サラダ 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 白身魚のフライ あつあげの煮物 キャベツのかつおあえ 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 アジの塩焼き 高野豆腐のふくめ煮 はるさめの中華サラダ 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	シャーベット（グレープ）	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（バニラ）	シャーベット（りんご）	アイスクリーム（ストロベリー）
	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、たくあん漬） 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）
	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 ちらしごはん トマトソースペンネ	ごはん 梅としらすのまぜごはん 焼きそば	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 きのことコーンのクリームペンネ	ごはん ひじきとわかめのまぜごはん 焼きビーフン	ごはん たかなごはん ペペロンチーノ
	汁物	みそ汁（ほうれん草・とうふ）	ベーコンとやさいのコンソメスープ	トマトスープ	みそ汁（こまつ菜・キャベツ）	けんちん汁	チンゲン菜とだいこんの中華スープ
	おかず／サラダ	ハンバーグ　てりやきソース サバの竜田〔たつた〕あげ とり肉とごもくまめのうま煮 フライドポテト（塩味） アスパラガスとツナの和風あえ ミックスビーンズ キャベツと人参の千切り〔せんぎり〕サラダ	メンチカツ とり肉だんごの甘酢あんかけ 茄子とパプリカのトマト煮 フライドポテト（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 こんにゃくごぼうのうま煮 フライドポテト（のり塩味） ビーフンの中華サラダ 海そうサラダ キャベツと人参の千切り〔せんぎり〕サラダ	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 フライドポテト（塩味） いんげんのおかかマヨあえ 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	メンチカツ さわらのみそ焼き がんもどきのいなか煮 フライドポテト（コンソメ味） かぼちゃとポテトのマヨサラダ カリフラワー キャベツと人参の千切り〔せんぎり〕サラダ	とり肉だんごとなると巻のおでん風煮 蒸しぎょうざのポン酢あえ たけのこのとさ煮 フライドポテト（のり塩味） 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
	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	杏仁フルーツ	フルーツポンチ	三色寒天フルーツ	杏仁フルーツ	フルーツポンチ	三色寒天フルーツ
	その他	お漬物（つぼ漬、さくら漬） 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（つぼ漬、さくら漬） ふりかけ２種（さけ、かつお）	お漬物（青かっぱ漬、つぼ漬） 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）	お漬物（青かっぱ漬、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