## **↓-↓-○-☆-◇-☆-◇-☆-◇-☆-◇** 令和 6年 7月 こんだてひょう

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。

		[ No.1 ]	[ No.2 ]	[ No.3 ]	[ No.4 ]	[ No.5 ]	[ No.6 ]
日付		7月 (3・9・15・21・27日)	7月 (4・10・16・22・28日)	7月 (5・11・17・23・29日)	7月 (6・12・13・18・24・30日)	7月 (1・7・13・19・25・31日)	7月 (2・8・14・20・26日)
朝		ごはん	ごはん	ごはん	ごはん	ごはん	ごはん
	主食	ぞうすい(若菜)	ぞうすい(中華)	ぞうすい(おかか)	ぞうすい(若菜)	ぞうすい(中華)	ぞうすい(おかか)
	土艮	パン(いちごジャム)	パン(いちごジャム)	パン(いちごジャム)	パン(いちごジャム)	パン(いちごジャム)	パン(いちごジャム)
		コーンフレーク	コーンフレーク	コーンフレーク	コーンフレーク	コーンフレーク	コーンフレーク
	汁物	玉葱と人参の味噌汁	キャベツとわかめの味噌汁	いんげんとじゃが芋の味噌汁	玉葱と人参の味噌汁	キャベツとわかめの味噌汁	いんげんとじゃが芋の味噌汁
		ミートボール	チキンナゲット	白身フライ	ミートボール	チキンナゲット	白身フライ
		スクランブルエッグ	オムレツ	ミックススクランブルエッグ	オムレツ	スクランブルエッグ	オムレツ
	おかず /サラダ	ひじき煮	きんぴらごぼう	切干大根煮	れんこんきんぴら	こんにゃくゴボウ	切り昆布の子和え
			ポテトサラダ	スパゲティサラダ	三種豆とマカロニのサラダ	ポテトサラダ	スパゲティサラダ
		キャベツと人参の千切り〔せんぎり〕サラダ	キャベツと人参の千切り〔せんぎり〕サラダ	キャベツと人参の千切り〔せんぎり〕サラダ	キャベツと人参の千切り〔せんぎり〕サラダ	キャベツと人参の千切り〔せんぎり〕サラダ	キャベツと人参の千切り〔せんぎり〕サラダ
		納豆(なっとう)	納豆(なっとう)	納豆(なっとう)	納豆(なっとう)	納豆(なっとう)	納豆(なっとう)
	その他	ふりかけ(さけ、かつお)	ふりかけ(さけ、かつお)	ふりかけ(さけ、かつお)	ふりかけ(さけ、かつお)	ふりかけ(さけ、かつお)	ふりかけ(さけ、かつお)
		お漬物(小梅、たくあん)	お漬物(小梅、たくあん)	お漬物(小梅、たくあん)	お漬物(小梅、たくあん)	お漬物(小梅、たくあん)	お漬物(小梅、たくあん)
			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)
	ドリング		水·オレンジジュース·アップルジュース· ウーロン茶·牛乳·コーヒー·緑茶	水·オレンジジュース·アップルジュース· ウーロン茶·牛乳·コーヒー·緑茶		水·オレンジジュース·アップルジュース· ウーロン茶·牛乳·コーヒー·緑茶	水·オレンジジュース·アップルジュース· ウーロン茶·牛乳·コーヒー·緑茶
	- ^	ごはん	ごはん	ごはん	ごはん	ごはん	ごはん
	主食	ポークカレー	ビーフカレー	チキンカレー	ポークカレー	ビーフカレー	チキンカレー
	汁物	じゃが芋とわかめの味噌汁	ほうれん草と玉葱の味噌汁	大根と人参の味噌汁	じゃが芋とわかめの味噌汁	ほうれん草と玉葱の味噌汁	大根と人参の味噌汁
		豚肉と野菜の炒め	かつおフレーク	豚肉と青葉の塩炒め	鶏ちゃん焼き(味噌味)	かつおフレーク	豚肉と青葉の塩炒め
凬		コロッケ	チキンカツ	ピーマン肉詰めフライ	野菜コロッケ	ひとくちとんかつ 🎎 🦳	レンコン肉詰めフライ
<u>/20</u>		鶏むね肉の葱塩だれ	チキンのサラダ仕立て	鶏むね肉の葱塩だれ	チキンのサラダ仕立て	鶏むね肉の葱塩だれ	チキンのサラダ仕立て
	おかず / サラダ	おくらのおかか和え	春雨の中華和え	枝豆とコーンのサラダ	おくらのおかか和え	春雨の中華和え	枝豆とコーンのサラダ
			ワカメツナ炒め	リヨネーズポテト	茄子の生姜醤油	ワカメツナ炒め	リヨネーズポテト
<b>会</b>		MIXビーンズ	キャベツと山菜のおかか和え	ブロッコリーサラダ	MIXビーンズ	キャベツと山菜のおかか和え	ブロッコリーサラダ
艮		キャベツと人参の千切り〔せんぎり〕サラダ	キャベツと人参の千切り〔せんぎり〕サラダ	キャベツと人参の千切り〔せんぎり〕サラダ	キャベツと人参の千切り〔せんぎり〕サラダ	キャベツと人参の千切り〔せんぎり〕サラダ	キャベツと人参の千切り〔せんぎり〕サラダ
	漬物	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)
				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
		ごはん	ごはん	ごはん	ごはん	ごはん	ごはん
	主食	五目まぜごはん	菜めし	ゆかりご飯	五目まぜごはん	菜めし	ゆかりご飯
		青じそ風味スパゲッティ	塩焼きそば	ミートスパゲッティ	豚肉と野菜のビーフン(塩味)	ナポリタンスパゲッティ	和風山菜焼うどん
	汁物	大根とインゲンの味噌汁	小松菜と人参の味噌汁	玉ねぎとわかめの味噌汁	大根とインゲンの味噌汁	小松菜と人参の味噌汁	玉ねぎとわかめの味噌汁
		照焼きハンバーグ	サワラの照り焼き	水餃子	ハンバーグデミグラスソース	照り焼き肉団子	水餃子
タ			豆腐と蒸し鶏のさっぱりサラダ	豚肉と野菜のしゃぶしゃぶ梅風味	豆腐と蒸し鶏のさっぱりサラダ	豚肉と野菜のしゃぶしゃぶ梅風味	豆腐と蒸し鶏のさっぱりサラダ
	おかず /サラダ	アジフライ	ベーコンフライ フライドポテト (のり塩味) 野菜カレーソテー	フライドチキン	イワシ青のりフライ	フライドチキン	メンチカツ
		フライドポテト(塩味)	フライドポテト (のり塩味)	フライドポテト(ニンニク味)	フライドポテト(塩味)	フライドポテト(のり塩味)	フライドポテト(ニンニク味)
		キャベツとコーン炒め	野菜カレーソテー	ブロッコリーのトマト煮		野菜カレーソテー	ブロッコリーのトマト煮
食		ひみと母のグラダ	117777	コープリプタ		カリフラワー	コーンサラダ
			海そうサラダ	マカロニサラダ		海そうサラダ	マカロニサラダ
							キャベツと人参の千切り〔せんぎり〕サラダ
			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)
				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