




Weekly Menu



日							5月1日			
曜日							(日)			
朝 食							食パンとレーズンロール			
							マーガリン			
							ミネストローネスープ			
							コーヒー又は紅茶			
							 ヨーグルト			
栄養価							熱量 kcal	蛋白質 g	脂質 g	食塩相当量 g
定食							674	20.6	29.3	3.8
昼 食							パン2つ			
							ベーコンとほうれん草の クリームスパゲティ			
							具たくさん野菜コンソメスープ			
栄養価							熱量 kcal	蛋白質 g	脂質 g	食塩相当量 g
A定食							1061	33.5	33.7	4.9
夕 食							豚ロース味噌焼き			
							小松菜としめじのおかか和え			
							ご飯			
							白菜と竹輪の味噌汁			
							熱量 kcal	蛋白質 g	脂質 g	塩分 g
栄養価							898	32.0	30.3	5.2
A定食										
B定食										

いつもご利用いただきましてありがとうございます。材料の都合により一部変更になる場合がございます。コンパスグループ・ジャパン(株)
*当店では、国産米を使用しております。



Weekly Menu



日曜日	5月2日 (月)				5月3日 (火)				5月4日 (水)				5月5日 (木)				5月6日 (金)				5月7日 (土)				5月8日 (日)			
朝食	ご飯				ご飯				★菓子パン★				スリットホームロールとミニチョコクロワッサン				ご飯				ロールパンとミニクロワッサン				食パンとレーズンロール			
	だし巻き卵				納豆								マーガリン				鯖の塩焼き				ジャム				マーガリン			
	白菜の土佐和え				肉団子の甘酢煮				牛乳又はコーヒー牛乳又はフルーツジュース				ソーセージカツ				こんにゃくごぼう				ウインナーのコーン玉葱ソテー添え				ベーコンとほうれん草のスープ			
	キャベツと油揚げの味噌汁				豆腐とわかめの味噌汁												キャベツと椎茸の味噌汁											
	★ふりかけ★				のり								コーヒー又は紅茶				★ふりかけ★				コーヒー又は紅茶				コーヒー又は紅茶			
	ヨーグルト				ヨーグルト								 ジョア				ジョア				 ジョア又はヨーグルト				 ヨーグルト			
栄養価	熱量 kcal	蛋白質 g	脂質 g	食塩相当量 g	熱量 kcal	蛋白質 g	脂質 g	食塩相当量 g	熱量 kcal	蛋白質 g	脂質 g	食塩相当量 g	熱量 kcal	蛋白質 g	脂質 g	食塩相当量 g	熱量 kcal	蛋白質 g	脂質 g	食塩相当量 g	熱量 kcal	蛋白質 g	脂質 g	食塩相当量 g	熱量 kcal	蛋白質 g	脂質 g	食塩相当量 g
定食	631	17.9	9.0	2.7	702	23.6	10.8	2.5	759	19.8	30.7	2.0	696	15.7	34.7	1.7	797	25.3	18.9	2.9	597	18.2	24.9	2.0	637	20.7	31.2	3.3
昼食					ご飯				ゆかりご飯								SPECIAL								パン2つ			
	ウインナーのカレーピラフ				五目あんかけ味噌ラーメン				焼肉うどん				チキンソースカツ丼				キンパ風ちらし寿司				ハヤシライス				アマトリチャーナ			
	ピーマンのおかか和え				きゅうりともやしのピリ辛和え				そら豆のガーリックソテー				小松菜のゆず和え				ささみしそ巻きフライ				れんこんのカレーマヨ和え				ミックスサラダ			
	プリン				オレンジ				青りんごゼリー				チーズババロシュークリーム				柏餅				みかん缶							
	豚肉と小松菜のスープ												豆腐としめじの味噌汁				長葱とさつま芋の味噌汁											
栄養価	熱量 kcal	蛋白質 g	脂質 g	食塩相当量 g	熱量 kcal	蛋白質 g	脂質 g	食塩相当量 g	熱量 kcal	蛋白質 g	脂質 g	食塩相当量 g	熱量 kcal	蛋白質 g	脂質 g	食塩相当量 g	熱量 kcal	蛋白質 g	脂質 g	食塩相当量 g	熱量 kcal	蛋白質 g	脂質 g	食塩相当量 g	熱量 kcal	蛋白質 g	脂質 g	食塩相当量 g
A定食	782	16.6	19.4	4.5	986	34.3	22.7	8.7	1011	27.4	31.0	6.0	800	21.6	20.3	5.5	1020	37.2	27.0	4.8	759	17.1	24.9	3.0	1012	31.6	23.7	3.6
夕食	茄子はさみ揚げの黒酢あんかけ				 味噌 ご当地【大分】 中津からあげ				ハンバーグ サルサモッツアレラ				海老と玉子の中華炒め				揚げ餃子の豆板醤ソースがけ				白身魚のフリット タルタルソース				チキンのペペロン焼き レモンソース			
	海藻のわさび和え				コーンのポテサラ				ツナキャベツ ヤクルト				春雨サラダ				冷奴				じゃが芋の甘辛炒め				菜の花のお浸し			
	ご飯 大根とえのきの味噌汁				ご飯 小松菜と油揚げの味噌汁				ご飯 もやしと人参のスープ				ご飯 大根とわかめの味噌汁				ご飯 帆立貝柱と白菜のスープ				ご飯 豚汁				ご飯 かきたま汁			
栄養価	熱量 kcal	蛋白質 g	脂質 g	食塩相当量 g	熱量 kcal	蛋白質 g	脂質 g	食塩相当量 g	熱量 kcal	蛋白質 g	脂質 g	食塩相当量 g	熱量 kcal	蛋白質 g	脂質 g	食塩相当量 g	熱量 kcal	蛋白質 g	脂質 g	食塩相当量 g	熱量 kcal	蛋白質 g	脂質 g	食塩相当量 g	熱量 kcal	蛋白質 g	脂質 g	食塩相当量 g
A定食	776	19.1	17.1	5.4	1041	41.4	35.6	4.3	1005	35.8	30.8	5.1	867	27.3	23.4	5.9	910	26.0	25.6	5.6	1327	27.4	70.0	3.7	1025	41.7	45.3	3.5
B定食																												

いつもご利用いただきましてありがとうございます。材料の都合により一部変更になる場合がございます。コンパスグループ・ジャパン(株)
*当店では国産米を使用しています。



Weekly Menu



日曜日	5月9日 (月)	5月10日 (火)	5月11日 (水)	5月12日 (木)	5月13日 (金)	5月14日 (土)	5月15日 (日)
朝食	ご飯	ご飯	★菓子パン★	スリットホームロールとミニチョコクロワッサン	ご飯	ロールパンとミニクロワッサン	食パンとレーズンロール
	だし巻き卵	納豆		マーガリン	鯖の塩焼き	ジャム	マーガリン
	さつま芋のレモン煮	野菜ベーコンソテー	牛乳又はコーヒー牛乳又はフルーツジュース	野菜コロッケ	なめ茸おろし	ツナサラダ	野菜のトマトスープ
	キャベツと油揚げの味噌汁	豆腐とわかめの味噌汁			キャベツと椎茸の味噌汁		
	★ふりかけ★	のり		コーヒー又は紅茶	★ふりかけ★	コーヒー又は紅茶	コーヒー又は紅茶
	ヨーグルト	ヨーグルト		ジョア	ジョア	ジョア又はヨーグルト	ヨーグルト
栄養価	熱量 kcal 蛋白質 g 脂質 g 食塩相当量 g	熱量 kcal 蛋白質 g 脂質 g 食塩相当量 g	熱量 kcal 蛋白質 g 脂質 g 食塩相当量 g	熱量 kcal 蛋白質 g 脂質 g 食塩相当量 g	熱量 kcal 蛋白質 g 脂質 g 食塩相当量 g	熱量 kcal 蛋白質 g 脂質 g 食塩相当量 g	熱量 kcal 蛋白質 g 脂質 g 食塩相当量 g
定食	692 18.2 9.0 2.3	640 20.1 9.5 2.2	759 19.8 30.7 2.0	694 13.7 33.8 1.4	668 25.2 6.8 2.9	537 15.6 21.0 1.4	636 20.0 27.9 3.4
昼食		ご飯	ゆかりご飯		エスニック料理		パン2つ
	豚肉ごぼう炒め丼	胡麻だれ冷やし中華	肉ねぎうどん	昔ながらの麻婆豆腐丼	タイ風焼飯 海老のチリマヨのせ	たまごの塩あんかけ丼	カルボナーラ
	茹で野菜のサラダ	シュウマイ	キャベツのお浸し	ポテトの磯辺揚げ	山菜とこんにゃくのきんぴら	豆もやしとひじきのナムル	
	愛玉子	バナナ	2つのプチシュー	パイナップル	洋梨	ココアワッフル	
	豆腐とほうれん草の味噌汁			中華コーンスープ	わかめスープ	白菜とえのきの味噌汁	具だくさん野菜コンソメスープ
栄養価	熱量 kcal 蛋白質 g 脂質 g 食塩相当量 g	熱量 kcal 蛋白質 g 脂質 g 食塩相当量 g	熱量 kcal 蛋白質 g 脂質 g 食塩相当量 g	熱量 kcal 蛋白質 g 脂質 g 食塩相当量 g	熱量 kcal 蛋白質 g 脂質 g 食塩相当量 g	熱量 kcal 蛋白質 g 脂質 g 食塩相当量 g	熱量 kcal 蛋白質 g 脂質 g 食塩相当量 g
A定食	803 29.5 25.6 3.0	1036 34.6 22.6 4.3	923 31.7 22.3 6.8	847 25.4 25.7 6.0	779 19.3 31.6 7.2	649 16.7 16.5 4.4	1165 35.4 40.9 5.7
夕食	鯖のカレーマヨ焼き	ポークソテー 和風おろしソース	ケイジャンチキン	白身魚のフライとオニオン フライ オーロラソース	鶏の梅照り焼き	ポーク焼肉の胡麻だれ	鶏すき煮
	小松菜の辛子和え	大豆の甘辛絡め	カリフラワーの ピクルスゆず風味 ヤクルト	焼きヤングコーンの カレー粉和え	カニカマと胡瓜の スパゲティサラダ	ごぼうのポテトサラダ	キャベツとコーンの塩昆布和え
	ご飯 味噌けんちん汁	ご飯 じゃが芋と玉葱の味噌汁	ご飯 小松菜のミルクスープ	ご飯 もやしと小松菜の味噌汁	ご飯 大根とわかめの味噌汁	ご飯 豆腐ともずくの味噌汁	ご飯 もやしと油揚げの味噌汁
栄養価	熱量 kcal 蛋白質 g 脂質 g 食塩相当量 g	熱量 kcal 蛋白質 g 脂質 g 食塩相当量 g	熱量 kcal 蛋白質 g 脂質 g 食塩相当量 g	熱量 kcal 蛋白質 g 脂質 g 食塩相当量 g	熱量 kcal 蛋白質 g 脂質 g 食塩相当量 g	熱量 kcal 蛋白質 g 脂質 g 食塩相当量 g	熱量 kcal 蛋白質 g 脂質 g 食塩相当量 g
A定食	1075 29.1 49.5 3.5	925 34.3 26.8 5.6	942 39.5 24.4 4.9	1227 26.6 60.6 6.0	988 39.6 37.4 5.4	896 31.4 28.1 4.7	868 37.3 24.1 4.7
B定食							

いつもご利用いただきましてありがとうございます。材料の都合により一部変更になる場合がございます。コンパスグループ・ジャパン(株)
*当店では国産米を使用しています。



Weekly Menu



日	5月16日				5月17日				5月18日				5月19日				5月20日				5月21日				5月22日			
曜日	(月)				(火)				(水)				(木)				(金)				(土)				(日)			
朝食	ご飯				ご飯				★菓子パン★				スリットホームロールとミニチョコクロワッサン				ご飯				ロールパンとミニクロワッサン				食パンとレーズンロール			
	だし巻き卵				納豆				牛乳又はコーヒー牛乳又はフルーツジュース				マーガリン				16-5.22				ジャム				マーガリン			
	かぼちゃのそぼろ煮				一口つくねのおろしポン酢				牛乳又はコーヒー牛乳又はフルーツジュース				カレーコロッケ				大根と柚子皮の甘酢和え				ハムとポテトサラダ				コーンスープ			
	キャベツと油揚げの味噌汁				豆腐とわかめの味噌汁												キャベツと椎茸の味噌汁											
	★ふりかけ★				のり								コーヒー又は紅茶				★ふりかけ★				コーヒー又は紅茶				コーヒー又は紅茶			
	ヨーグルト				ヨーグルト								ジョア				ジョア				ジョア又はヨーグルト							
栄養価	熱量 kcal	蛋白質 g	脂質 g	食塩相当量 g	熱量 kcal	蛋白質 g	脂質 g	食塩相当量 g	熱量 kcal	蛋白質 g	脂質 g	食塩相当量 g	熱量 kcal	蛋白質 g	脂質 g	食塩相当量 g	熱量 kcal	蛋白質 g	脂質 g	食塩相当量 g	熱量 kcal	蛋白質 g	脂質 g	食塩相当量 g	熱量 kcal	蛋白質 g	脂質 g	食塩相当量 g
定食	677	19.2	9.5	2.6	728	24.8	15.1	2.4	759	19.8	30.7	2.0	697	13.3	34.5	1.6	661	25.0	5.0	2.8	527	14.8	16.7	2.1	661	21.1	31.7	3.4
昼食					ご飯								ゆかりご飯												パン2つ			
	豚肉の味噌炒め丼				長崎チャンボン				ラタトゥイユハンバーグ丼				冷やしミックスうどん				三色丼				ポークカレー(甘口)				きのこのミートソーススパゲティ			
	ほうれん草のえごまナムル				小松菜とツナの香味浸し				さつま芋とピーンズのマヨサラダ				いかフライ				蓮根の天ぷら				ピーンズサラダ				ミックスサラダ			
	ミニたい焼き				白桃				グレープゼリー				フルーツ白玉				キウイ				グレープフルーツ							
	白菜としめじの味噌汁								オニオンスープ								大根と油揚げの味噌汁											
栄養価	熱量 kcal	蛋白質 g	脂質 g	食塩相当量 g	熱量 kcal	蛋白質 g	脂質 g	食塩相当量 g	熱量 kcal	蛋白質 g	脂質 g	食塩相当量 g	熱量 kcal	蛋白質 g	脂質 g	食塩相当量 g	熱量 kcal	蛋白質 g	脂質 g	食塩相当量 g	熱量 kcal	蛋白質 g	脂質 g	食塩相当量 g	熱量 kcal	蛋白質 g	脂質 g	食塩相当量 g
A定食	874	32.2	25.5	6.1	939	35.5	18.3	9.7	644	18.5	21.1	3.8	948	22.2	14.5	5.8	690	20.1	14.5	4.5	612	14.1	11.5	3.4	1008	30.2	22.3	3.6
夕食	肉団子と春雨のスープ煮				カニとホタテのクリームコロッケ				白身魚のパン粉焼きチーズ風味				メガ盛り メガ ミルフィーユカツ				豚バラと豆腐のトマト旨煮				焼売の野菜あんかけ				チキンクリームシチュー			
	蒸し鶏と胡瓜の梅和え オレンジ ご飯				スイートエンドウのお浸し ご飯 大根とほうれん草の味噌汁				ケチャップスパゲティ ヤクルト ご飯 豚汁				ブロッコリーのおかか和え ご飯 もやしとわかめの味噌汁				青梗菜とツナの胡麻ポン酢 ご飯 竹の子の中華スープ				小松菜ときのこの白和え ご飯 具だくさん野菜中華スープ				かぼちゃコロッケ ご飯			
栄養価	熱量 kcal	蛋白質 g	脂質 g	食塩相当量 g	熱量 kcal	蛋白質 g	脂質 g	食塩相当量 g	熱量 kcal	蛋白質 g	脂質 g	食塩相当量 g	熱量 kcal	蛋白質 g	脂質 g	食塩相当量 g	熱量 kcal	蛋白質 g	脂質 g	食塩相当量 g	熱量 kcal	蛋白質 g	脂質 g	食塩相当量 g	熱量 kcal	蛋白質 g	脂質 g	食塩相当量 g
A定食	828	23.0	22.4	4.5	862	15.7	25.8	3.9	794	31.1	9.8	3.3	944	33.8	31.2	2.3	890	28.8	30.2	5.7	964	33.2	22.9	6.8	1001	32.6	29.9	3.6
B定食																												

いつもご利用いただきましてありがとうございます。材料の都合により一部変更になる場合がございます。コンパスグループ・ジャパン(株)
*当店では国産米を使用しています。



Weekly Menu



日曜日	5月23日 (月)	5月24日 (火)	5月25日 (水)	5月26日 (木)	5月27日 (金)	5月28日 (土)	5月29日 (日)
朝食	ご飯	ご飯	★菓子パン★	スリットホームロールとミニチョコクロワッサン	ご飯	ロールパンとミニクロワッサン	食パンとレーズンロール
	だし巻き卵	納豆		マーガリン	タラのグリル ジンジャーソース	ジャム	マーガリン
	切干大根	照焼チキン	牛乳又はコーヒー牛乳又はフルーツジュース	ウインナーとふわふわエッグ	きんぴら蓮根	ベーコンとミックススクランブル	小松菜のミルクスープ
	キャベツと油揚げの味噌汁	豆腐とわかめの味噌汁			キャベツと椎茸の味噌汁		
	★ふりかけ★	のり		コーヒー又は紅茶	★ふりかけ★	コーヒー又は紅茶	コーヒー又は紅茶
	ヨーグルト	ヨーグルト		ジョア	ジョア	ジョア又はヨーグルト	
栄養価	熱量 kcal 蛋白質 g 脂質 g 食塩相当量 g	熱量 kcal 蛋白質 g 脂質 g 食塩相当量 g	熱量 kcal 蛋白質 g 脂質 g 食塩相当量 g	熱量 kcal 蛋白質 g 脂質 g 食塩相当量 g	熱量 kcal 蛋白質 g 脂質 g 食塩相当量 g	熱量 kcal 蛋白質 g 脂質 g 食塩相当量 g	熱量 kcal 蛋白質 g 脂質 g 食塩相当量 g
定食	671 18.7 10.5 2.9	691 24.4 13.6 2.1	759 19.8 30.7 2.0	731 17.4 41.0 2.1	679 23.8 5.8 3.7	574 17.1 27.2 2.2	674 21.3 28.9 3.2
昼食		ご飯		ゆかりご飯			パン2つ
	ソースカツ丼	四川汁なし担々麺	韓国風鶏唐揚げ丼	豚汁うどん	牛焼肉とろろ丼	テリマヨチキン丼	明太子クリームソーススパゲティ
	ポテトの醤油バター風味	焼き餃子	菜の花のわさびマヨネーズ和え	じゃがいものカレー炒め	ワカメとしめじの煮浸し	蓮根の中華和え	
	みかんゼリー	杏仁フルーツ	チーズパウンドケーキ	フルーチェ ミックスオレンジ	みたらし白玉	黄桃缶	
	大根とわかめの味噌汁		もやしと小松菜の味噌汁		豆腐とほうれん草の味噌汁	もやしと油揚げの味噌汁	具だくさん野菜コンソメスープ
栄養価	熱量 kcal 蛋白質 g 脂質 g 食塩相当量 g	熱量 kcal 蛋白質 g 脂質 g 食塩相当量 g	熱量 kcal 蛋白質 g 脂質 g 食塩相当量 g	熱量 kcal 蛋白質 g 脂質 g 食塩相当量 g	熱量 kcal 蛋白質 g 脂質 g 食塩相当量 g	熱量 kcal 蛋白質 g 脂質 g 食塩相当量 g	熱量 kcal 蛋白質 g 脂質 g 食塩相当量 g
A定食	936 21.9 26.8 6.4	1298 36.5 53.0 5.3	1088 29.7 44.5 5.0	851 21.7 12.0 5.9	845 21.3 21.9 5.0	810 24.7 21.0 3.3	1053 36.4 28.5 5.8
夕食	豚キムチ炒め	気仙沼カツオカツとカレーチーズ包み揚げ	ゆで豚のピーナッツソースかけ	揚げ出し豆腐の肉野菜あん	白身魚と野菜のチリソース	根菜ハンバーグと海老カツ	タンドリーチキン
	ひじきの胡麻サラダ	ベーコンと野菜のイタリアンサラダ	エリンギ炒め	キャベツのピーナッツ和え	パプリカと大根のピクルス	さつま芋サラダ	春巻
	ご飯 玉葱とほうれん草の味噌汁	ご飯 白菜とえのきの味噌汁	ご飯 大根とじゃが芋の味噌汁	ご飯 かきたま汁	ご飯 白菜とわかめの味噌汁	ご飯 大根と竹輪の味噌汁	ご飯 ごぼうの味噌汁
栄養価	熱量 kcal 蛋白質 g 脂質 g 食塩相当量 g	熱量 kcal 蛋白質 g 脂質 g 食塩相当量 g	熱量 kcal 蛋白質 g 脂質 g 食塩相当量 g	熱量 kcal 蛋白質 g 脂質 g 食塩相当量 g	熱量 kcal 蛋白質 g 脂質 g 食塩相当量 g	熱量 kcal 蛋白質 g 脂質 g 食塩相当量 g	熱量 kcal 蛋白質 g 脂質 g 食塩相当量 g
A定食	846 28.8 28.5 4.7	986 19.2 38.3 4.4	775 29.5 21.3 3.0	855 28.8 26.6 4.8	753 22.2 10.5 4.1	755 22.8 8.3 4.3	870 36.8 25.0 5.2
B定食							

いつもご利用いただきましてありがとうございます。材料の都合により一部変更になる場合がございます。コンパスグループ・ジャパン(株)
*当店は国産米を使用しています。



Weekly Menu



日	5月30日				5月31日							
曜日	(月)				(火)							
朝食	ご飯				ご飯							
	だし巻き卵				納豆							
	肉じゃが				肉団子の甘酢煮							
	キャベツと油揚げの味噌汁				豆腐とわかめの味噌汁							
	★ふりかけ★				のり							
	ヨーグルト				ヨーグルト							
栄養価	熱量 kcal	蛋白質 g	脂質 g	食塩相当量 g	熱量 kcal	蛋白質 g	脂質 g	食塩相当量 g				
定食	660	18.3	10.1	2.7	702	23.6	10.8	2.5				
昼食					ご飯							
	ツナコーンピラフ				五目味噌ラーメン							
	さつま芋と大豆の胡麻がらめ				きゅうりともやしのピリ辛和え							
	プリン				オレンジ							
	ミネストローネスープ											
栄養価	熱量 kcal	蛋白質 g	脂質 g	食塩相当量 g	熱量 kcal	蛋白質 g	脂質 g	食塩相当量 g				
A定食	843	21.0	15.9	5.1	873	27.0	16.2	8.3				
夕食	豚ロースの西京焼き				ビーフカツ							
	玉葱のおかか和え				ごぼうのツナ和え							
	ご飯 かきたま汁				ご飯 白菜と油揚げの味噌汁							
栄養価	熱量 kcal	蛋白質 g	脂質 g	食塩相当量 g	熱量 kcal	蛋白質 g	脂質 g	食塩相当量 g				
A定食	868	33.1	27.4	5.6	953	25.1	29.0	3.9				
B定食												

いつもご利用いただきましてありがとうございます。材料の都合により一部変更になる場合がございます。コンパスグループ・ジャパン(株)
* 本店では国産米を使用しています。