



Weekly Menu



日	5月27日 (月)	5月28日 (火)	5月29日 (水)	5月30日 (木)	5月31日 (金)	6月1日 (土)	6月2日 (日)	
朝 食							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
							ツナオムレツ	ウィンナーと野菜の カレーポトフ
							スパゲッティサラダ	
							ジャム	ジャム
昼 食							コーヒー又は紅茶	コーヒー又は紅茶
							牛乳またはジョア	牛乳またはジョア
							豚肉ごぼう炒め丼	ベーコンときのこのク リームスパゲティ
							きのこ挽肉のソ テー	ミックスサラダ
夕 食							大根とわかめの味噌 汁(減塩)	パン
							照り煮チキン	海老と玉子の中華炒 め
							ブロッコリーとお豆 のサラダ	菜の花の中華和え
							ご飯	ご飯
栄養価	定食		A定食		B定食		C定食	
熱量 kcal	650	885	769	787	863	868	868	868
蛋白質 g	16.5	27.2	23.5	23.4	33.6	30.6	30.6	30.6
脂質 g	22.5	37.6	20.6	26.0	23.0	24.6	24.6	24.6
食塩相当量 %	1.8	5.1	3.0	3.0	4.0	4.0	4.0	4.0

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。コンバグループ・ジャパン(株)
*本店では国産米を使用しています。



Weekly Menu



日	6月3日	6月4日	6月5日	6月6日	6月7日	6月8日	6月9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	
	肉団子(甘酢だれ)	チーズはんぺんフライ	牛乳又は コーヒー牛乳又は フルーツジュース 	セルフサンド(ツナサンド・ハム)	だし巻き玉子	コーンスクランブル	肉団子のクリーム煮	
	小松菜のおかか和え	はすのきんぴら		ジャム	もやしと小松菜のナムル	ウィンナー		
	納豆	納豆		コーヒー又は紅茶	納豆	ジャム	ジャム	
	野菜スープ	大根と油揚げの味噌汁		牛乳またはジョア	キャベツとえのきの味噌汁	★ふりかけ★	コーヒー又は紅茶	コーヒー又は紅茶
	★ふりかけ★	のり		牛乳またはジョア	牛乳またはジョア	牛乳またはジョア	牛乳またはジョア	牛乳またはジョア
	牛乳またはジョア	牛乳またはジョア		牛乳またはジョア	牛乳またはジョア	牛乳またはジョア	牛乳またはジョア	牛乳またはジョア
栄養価	熱量 kcal 669 蛋白質 g 18.2 脂質 g 12.4 食塩相当量 g 2.2	熱量 kcal 770 蛋白質 g 19.3 脂質 g 20.7 食塩相当量 g 2.5		熱量 kcal 759 蛋白質 g 19.8 脂質 g 30.7 食塩相当量 g 2.0	熱量 kcal 753 蛋白質 g 21.4 脂質 g 40.0 食塩相当量 g 2.0	熱量 kcal 662 蛋白質 g 19.8 脂質 g 13.3 食塩相当量 g 2.2	熱量 kcal 766 蛋白質 g 16.8 脂質 g 30.1 食塩相当量 g 1.9	熱量 kcal 874 蛋白質 g 22.4 脂質 g 35.7 食塩相当量 g 4.0
昼食	しらす丼	レディースDAY オムライス ハヤシソース	ウィンナーの カレーピラフ	高菜とんこつ ラーメン	豚肉と野菜の オイスターソース丼	チキンカツの 甘辛だれ丼	バジルとモツァレラの トマトソーススパゲティ	
	そばろ肉じゃが	れんこんポテトサラダ	竹輪とキャベツの 味噌マヨ和え	おくらのみぞれ和え	揚げ焼売の ガーリック風味	さつまいのはちみつ バター風味	ミックスサラダ	
	キャベツと大根の 味噌汁	コーンと玉葱の スープ	野菜スープ	ご飯	ごぼうと油揚げの 味噌汁	コンソメジュリアン	パン	
	牛乳プリン							
栄養価	熱量 kcal 723 蛋白質 g 27.7 脂質 g 12.8 食塩相当量 g 7.6	熱量 kcal 1021 蛋白質 g 21.2 脂質 g 34.5 食塩相当量 g 5.5	熱量 kcal 757 蛋白質 g 15.5 脂質 g 21.4 食塩相当量 g 5.1	熱量 kcal 938 蛋白質 g 30.2 脂質 g 20.6 食塩相当量 g 12.5	熱量 kcal 830 蛋白質 g 24.4 脂質 g 28.0 食塩相当量 g 4.6	熱量 kcal 855 蛋白質 g 19.2 脂質 g 18.3 食塩相当量 g 3.8	熱量 kcal 671 蛋白質 g 22.3 脂質 g 12.9 食塩相当量 g 3.2	
夕食	【大分】鶏 天	さばカレーカツ	鶏肉と豆腐の揚げ出し	魚のわさびマヨ 焼き	鶏むね肉の葱おろし だれ	ポークデミシ チュー	チキンソテー ガー リック醤油風味	
	牛肉豆腐	和風ごまハンバーグ	豚肉の南蛮焼き	ザンギ				
	A・B共通メニュー 白菜と玉葱の中華和え	A・B共通メニュー いんげんの 胡麻おかか和え	A・B共通メニュー もやしとホウレン草の カレーチャプチェ	A・B共通メニュー キャベツと筍の炒め煮	揚げ茄子のナムル	切干大根の コールスローサラダ	きゅうりともやしの ピリ辛和え	
	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	
	もやしと油揚げの 味噌汁	竹の子 の中華スープ	じゃが芋と玉葱の 味噌汁	大根と油揚げの 味噌汁	とうもろこしと玉葱の 中華スープ	コーンスープ	白菜とえのきの味噌汁	
栄養価	熱量 kcal 890 蛋白質 g 35.0 脂質 g 18.6 食塩相当量 g 4.7	熱量 kcal 960 蛋白質 g 26.0 脂質 g 32.3 食塩相当量 g 3.5	熱量 kcal 942 蛋白質 g 32.4 脂質 g 28.5 食塩相当量 g 4.9	熱量 kcal 933 蛋白質 g 29.0 脂質 g 28.0 食塩相当量 g 4.1	熱量 kcal 936 蛋白質 g 33.6 脂質 g 28.8 食塩相当量 g 5.0	熱量 kcal 1008 蛋白質 g 22.6 脂質 g 38.5 食塩相当量 g 5.3	熱量 kcal 906 蛋白質 g 33.3 脂質 g 27.4 食塩相当量 g 3.4	

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	6月10日	6月11日	6月12日	6月13日	6月14日	6月15日	6月16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	
	かぼちゃ挽肉フライ	鯖の塩焼き	牛乳又は コーヒー牛乳又は フルーツジュース 	セルフサンド(フランクフルト・焼きそば)	チキンナゲット	ほうれん草スクランブル	野菜のトマトスープ	
	いんげんとお豆のサラダ	大根とゆず皮の甘酢和え		ジャム	そら豆とポテトのマヨ和え	ウィンナー		
	納豆	納豆		コーヒー又は紅茶	納豆	ジャム	ジャム	
	野菜スープ	もやしとインゲンの味噌汁		牛乳またはジョア	洋野菜のスープ	★ふりかけ★	コーヒー又は紅茶	コーヒー又は紅茶
	★ふりかけ★	のり		牛乳またはジョア	牛乳またはジョア	牛乳またはジョア	牛乳またはジョア	牛乳またはジョア
	牛乳またはジョア	牛乳またはジョア		牛乳またはジョア	牛乳またはジョア	牛乳またはジョア	牛乳またはジョア	牛乳またはジョア
栄養価	熱量 kcal 800 蛋白質 g 19.2 脂質 g 21.0 食塩相当量 g 2.1	熱量 kcal 746 蛋白質 g 22.3 脂質 g 19.4 食塩相当量 g 2.5		熱量 kcal 759 蛋白質 g 19.8 脂質 g 30.7 食塩相当量 g 2.0	熱量 kcal 851 蛋白質 g 20.1 脂質 g 42.0 食塩相当量 g 3.5	熱量 kcal 756 蛋白質 g 21.0 脂質 g 19.0 食塩相当量 g 2.5	熱量 kcal 742 蛋白質 g 16.6 脂質 g 28.6 食塩相当量 g 1.6	熱量 kcal 722 蛋白質 g 17.9 脂質 g 23.7 食塩相当量 g 3.5
定食	800	746	759	851	756	742	722	
昼食	葱チャーシュー炒飯	かき玉うどん	麻婆なす丼	焼き鳥ねぎま丼 温泉玉子添え	沖縄 タコライス	ハヤシライス	海老のオマールクリームソーススパゲティ	
	レバーの甘辛揚げ	ポテトの磯辺揚げ	冷奴	叩ききゅうりのゴマ塩和え	ケチャップスパゲッティ	コーンサラダ		
		混ぜご飯					パン	
	キャベツと玉葱のスープ		チンゲン菜と大根の中華スープ	もやしと人参のスープ	春雨スープ		洋野菜のスープ	
栄養価	熱量 kcal 742 蛋白質 g 22.8 脂質 g 19.4 食塩相当量 g 5.8	熱量 kcal 844 蛋白質 g 22.5 脂質 g 12.4 食塩相当量 g 6.6	熱量 kcal 778 蛋白質 g 22.1 脂質 g 29.6 食塩相当量 g 4.6	熱量 kcal 827 蛋白質 g 35.3 脂質 g 25.4 食塩相当量 g 3.0	熱量 kcal 766 蛋白質 g 18.2 脂質 g 16.7 食塩相当量 g 3.3	熱量 kcal 721 蛋白質 g 15.7 脂質 g 18.1 食塩相当量 g 2.8	熱量 kcal 770 蛋白質 g 25.0 脂質 g 21.7 食塩相当量 g 4.4	
A定食	742	844	778	827	766	721	770	
夕食	入梅の日 いわし梅フライと豚肉の生姜焼き	A フーチャンプル	A ポークソテーBBQソース	A 牛肉のおろしサラダ仕立て	アジフライ ラビゴットソース	夏バテ対策メニュー 鶏肉のラー油南蛮漬け	きゃべつメンチカツ	
	B 梅しそ竜田揚げ	B 揚げ餃子の四川ソース	B 肉団子のデミトマ煮	B 豚肉の粗挽きペッパー焼き		キャベツのわさび和え	さつま芋のレモン煮	
	A・B共通メニュー オクラのごま和え	A・B共通メニュー 大豆の甘辛絡め	A・B共通メニュー キノコのペパロńczyーノ	A・B共通メニュー ほうれん草とベーコンのソテー		青梗菜と油揚げの炒め		
	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯		ご飯	ご飯	ご飯
	大根とわかめの味噌汁	じゃが芋と玉葱の味噌汁	コーンスープ	マカロニと野菜のスープ		豚汁	玉葱と油揚げの味噌汁	ごぼうと油揚げの味噌汁(減塩対策)
栄養価	熱量 kcal 948 蛋白質 g 30.5 脂質 g 33.5 食塩相当量 g 5.1	熱量 kcal 945 蛋白質 g 38.2 脂質 g 27.9 食塩相当量 g 5.1	熱量 kcal 994 蛋白質 g 32.1 脂質 g 29.0 食塩相当量 g 4.0	熱量 kcal 872 蛋白質 g 23.8 脂質 g 31.5 食塩相当量 g 4.0	熱量 kcal 928 蛋白質 g 32.1 脂質 g 29.1 食塩相当量 g 4.9	熱量 kcal 900 蛋白質 g 33.4 脂質 g 24.5 食塩相当量 g 4.3	熱量 kcal 983 蛋白質 g 24.8 脂質 g 27.0 食塩相当量 g 5.1	
A定食	948	945	994	872	928	900	983	
B定食	872	948	839	813				

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	6月17日	6月18日	6月19日	6月20日	6月21日	6月22日	6月23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
	フランクフルト	厚揚げのそぼろあん		牛乳又は コーヒー牛乳又は フルーツジュース	セルフサンド(タマゴサンド・ハム)	牛肉コロッケ	ミートオムレツ
	ブロッコリーの和風マスタートド和え	きんぴらごぼう	ジャム		ほうれん草のおかか和え	ポテトサラダ	ジャム
	納豆	納豆	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
	野菜スープ	玉葱と油揚げの味噌汁	牛乳またはジョア		牛乳またはジョア	牛乳またはジョア	牛乳またはジョア
	★ふりかけ★	のり			牛乳またはジョア	牛乳またはジョア	牛乳またはジョア
	牛乳またはジョア	牛乳またはジョア			牛乳またはジョア	牛乳またはジョア	牛乳またはジョア
栄養価	熱量 kcal 759 蛋白質 g 19.4 脂質 g 22.7 食塩相当量 g 2.8	熱量 kcal 811 蛋白質 g 27.3 脂質 g 22.9 食塩相当量 g 2.5	熱量 kcal 759 蛋白質 g 19.8 脂質 g 30.7 食塩相当量 g 2.0	熱量 kcal 729 蛋白質 g 19.5 脂質 g 38.5 食塩相当量 g 2.3	熱量 kcal 802 蛋白質 g 21.2 脂質 g 21.8 食塩相当量 g 2.3	熱量 kcal 618 蛋白質 g 16.9 脂質 g 21.4 食塩相当量 g 1.6	熱量 kcal 729 蛋白質 g 18.8 脂質 g 24.3 食塩相当量 g 2.2
定食	759	811	759	729	802	618	729
昼食	ビビンバ	エスニック料理 チキン ジャンバラヤ	豚肉の味噌炒め丼	和風おろしハンバーグ丼	夏至 焼肉うどん	焼き鳥二色そぼろ丼	クリームミートソーススパゲティ
	胡瓜とカニカマの梅マヨ和え	フライドポテト	焼き野菜のピリ辛マヨだれ	カレー味ビーフン	豆もやしのナムル	じゃが芋の甘辛炒め	カラフルサラダ
	キャベツと油揚げの味噌汁	チンゲン菜と玉葱の中華スープ	じゃが芋と玉葱の味噌汁	洋野菜のスープ	混ぜご飯	わかめスープ	パン
	栄養価	熱量 kcal 840 蛋白質 g 23.2 脂質 g 26.6 食塩相当量 g 6.1	熱量 kcal 753 蛋白質 g 23.7 脂質 g 23.0 食塩相当量 g 6.7	熱量 kcal 1013 蛋白質 g 21.4 脂質 g 40.9 食塩相当量 g 5.1	熱量 kcal 763 蛋白質 g 20.9 脂質 g 17.3 食塩相当量 g 4.8	熱量 kcal 955 蛋白質 g 24.2 脂質 g 27.5 食塩相当量 g 7.2	熱量 kcal 850 蛋白質 g 27.6 脂質 g 19.0 食塩相当量 g 6.0
A定食	840	753	1013	763	955	850	840
夕食	A 【大分】ゆず胡椒から揚げ	A 豚ロース肉の照り生姜焼き	A たらのフリット 香味トマトソース	A 豚肉と野菜の韓国風スープ煮	鶏肉のレモン焼きタルタルソース	塩豚と根菜のポトフ	アジの梅照焼き
	B 豚肉と野菜のケチャップ炒め	B クリームコロッケとデミグラスコロッケ	B 牛肉の柳川煮	B 白身魚の細切り野菜 甘酢あんかけ			
	A・B共通メニュー 春雨の中華和え	A・B共通メニュー 大根の炒め煮	A・B共通メニュー 高野豆腐と野菜の煮物	A・B共通メニュー わかめのツナ炒め	パプリカと大根のピクルス	レンコンサラダ	揚げだし豆腐
	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯
	じゃが芋と玉葱の味噌汁	コーンと玉葱のスープ	キャベツと大根の味噌汁	もやしと人参のスープ	じゃが芋と玉葱の味噌汁	キャベツと油揚げの味噌汁	大根とわかめの味噌汁
栄養価	熱量 kcal 984 蛋白質 g 35.0 脂質 g 29.4 食塩相当量 g 4.4	熱量 kcal 844 蛋白質 g 25.7 脂質 g 22.2 食塩相当量 g 4.8	熱量 kcal 851 蛋白質 g 26.3 脂質 g 20.8 食塩相当量 g 3.5	熱量 kcal 889 蛋白質 g 22.4 脂質 g 34.3 食塩相当量 g 3.9	熱量 kcal 949 蛋白質 g 30.4 脂質 g 36.0 食塩相当量 g 4.7	熱量 kcal 844 蛋白質 g 22.7 脂質 g 26.4 食塩相当量 g 3.0	熱量 kcal 861 蛋白質 g 31.7 脂質 g 21.4 食塩相当量 g 4.0
A定食	984	844	851	889	949	844	861
B定食	821	1070	868	900			

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	6月24日	6月25日	6月26日	6月27日	6月28日	6月29日	6月30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
	ハムポテトサラダフライ	一口つくねの照り焼き	牛乳又は コーヒー牛乳又は フルーツジュース 	セルフドッグ(フランクフルト・焼きそば)	豆腐ハンバーグ	野菜のスクランブルエッグ	ミネストローネスープ
	野菜のソテー	マカロニサラダ		ジャム	十品目のうま煮	ウィンナー	ジャム
	納豆	納豆		コーンと玉葱のスープ	納豆	ジャム	ジャム
	大根とわかめの味噌汁	わかめと油揚げの味噌汁		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
	★ふりかけ★	のり		牛乳またはジョア	牛乳またはジョア	牛乳またはジョア	牛乳またはジョア
	牛乳またはジョア	牛乳またはジョア					
栄養価	熱量 kcal 860 蛋白質 g 21.4 脂質 g 29.1 食塩相当量 g 2.9	熱量 kcal 803 蛋白質 g 22.6 脂質 g 22.4 食塩相当量 g 2.7	熱量 kcal 759 蛋白質 g 19.8 脂質 g 30.7 食塩相当量 g 2.0	熱量 kcal 851 蛋白質 g 20.1 脂質 g 42.0 食塩相当量 g 3.5	熱量 kcal 729 蛋白質 g 20.3 脂質 g 15.4 食塩相当量 g 3.3	熱量 kcal 770 蛋白質 g 17.2 脂質 g 30.2 食塩相当量 g 1.8	熱量 kcal 761 蛋白質 g 18.6 脂質 g 25.0 食塩相当量 g 3.9
定食							
昼食	味噌カツ丼	ビーフカレー	ブルコギ丼	醤油ラーメン	夏越の祓 夏越しご飯	タッカルビ丼(韓国風鶏のピリ辛炒め)	ベーコンとほうれん草のクリームスパゲティ
	ポテトの明太ソース	ミックスサラダ	シュウマイ	ブロッコリーとコーンのカレーマヨ和え	ひじきの胡麻マヨサラダ	チンゲン菜とわかめのチョレギ風	
	野菜スープ		大根と油揚げの味噌汁		麩と三つ葉のすまし汁	もやしと人参のスープ	パン
		グレープフルーツルビー					コンソメジュリアン
栄養価	熱量 kcal 856 蛋白質 g 19.1 脂質 g 21.0 食塩相当量 g 4.0	熱量 kcal 761 蛋白質 g 14.0 脂質 g 17.7 食塩相当量 g 3.3	熱量 kcal 812 蛋白質 g 26.6 脂質 g 27.8 食塩相当量 g 3.1	熱量 kcal 879 蛋白質 g 27.3 脂質 g 19.8 食塩相当量 g 8.6	熱量 kcal 871 蛋白質 g 15.8 脂質 g 31.9 食塩相当量 g 3.2	熱量 kcal 831 蛋白質 g 29.2 脂質 g 24.9 食塩相当量 g 4.3	熱量 kcal 790 蛋白質 g 23.7 脂質 g 26.2 食塩相当量 g 4.3
A定食							
夕食	A 鶏の照り焼き ミックスチーズ風味	A 肉団子と根菜の黒酢あん	A 豚肉のねぎ塩焼き	【勝ち飯】揚げ鶏と5種野菜の香味ソースセット	夏バテ対策メニュー 豚しゃぶ3種のネバネバソース	さばの漬け焼き	鶏肉のヤンニンソースがけ(韓国)
	B 牛肉甘辛煮	B 豚肉の味噌バター炒め ちゃんちゃん焼き風	B 白身魚の衣揚げ XO 醤ソース		キムチ冷奴	がんもの煮物	もやしときらげの香味和え
	A・B共通メニュー ごぼうのそぼろあん	A・B共通メニュー 春雨サラダ	A・B共通メニュー 韓国風カムカムナムル		ご飯	ご飯	ご飯
	ご飯	ご飯	ご飯		大根と油揚げの味噌汁	味噌けんちん汁	キャベツと油揚げの味噌汁
	キャベツと油揚げの味噌汁	小松菜と大根の中華スープ	白菜と玉葱の味噌汁				
栄養価	熱量 kcal 1000 蛋白質 g 42.6 脂質 g 31.8 食塩相当量 g 6.1	熱量 kcal 901 蛋白質 g 18.7 脂質 g 17.1 食塩相当量 g 5.8	熱量 kcal 921 蛋白質 g 23.7 脂質 g 36.4 食塩相当量 g 4.2	熱量 kcal 948 蛋白質 g 36.5 脂質 g 24.7 食塩相当量 g 3.8	熱量 kcal 724 蛋白質 g 28.1 脂質 g 17.2 食塩相当量 g 3.0	熱量 kcal 970 蛋白質 g 30.4 脂質 g 33.3 食塩相当量 g 5.3	熱量 kcal 839 蛋白質 g 31.9 脂質 g 23.3 食塩相当量 g 5.5
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。コンパグループ・ジャパン(株)
*当店では国産米を使用しています。