

Weekly Menu

A decorative calendar for May featuring a large green circle containing the number '5' and a blue circle containing the character '月' (Month). The background is white with a faint grid pattern. The days of the week are listed at the top: 日曜日 (Sunday), 月曜日 (Monday), 火曜日 (Tuesday), 水曜日 (Wednesday), 木曜日 (Thursday), 金曜日 (Friday), and 土曜日 (Saturday). The menu is organized into three columns: Morning (朝食), Afternoon (昼食), and Evening (夕食). Each column has a vertical header: 朝食 (Morning), 昼食 (Daytime), and 夕食 (Evening). The menu items are listed in a grid format, with some entries including small icons or illustrations. The columns are separated by vertical lines, and the rows are separated by horizontal lines.

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。コンパスクループ・ジャパン様
*当店では台湾産米を使用しています。



Weekly Menu



日曜日	5月5日 (月)	5月6日 (火)	5月7日 (水)	5月8日 (木)	5月9日 (金)	5月10日 (土)	5月11日 (日)																					
朝食	ご飯	ご飯	★菓子パン★ 牛乳又はコーヒー牛乳又はフルーツジュース	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																					
	照焼き肉団子	だし巻き玉子		セルフサンド(タマゴサンド・ハム)	根菜鶏つくねハンバーグ ポテトといんげんのサラダ	トマトスクランブル ウィンナー(2本)	押麦入り野菜のカレー風味スープ																					
	スペaghettiと玉葱のサラダ	キャベツのゆず和え		ジャム	納豆	ジャム	ジャム																					
	納豆	納豆		ごぼうと油揚げの味噌汁	★ふりかけ★	コーヒー又は紅茶	コーヒー又は紅茶																					
	キャベツとわかめの味噌汁	じゃが芋と玉葱の味噌汁		コーヒー又は紅茶	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	牛乳またはジョア	牛乳またはジョア																					
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				
定食	713	24.0	22.7	3.2	628	24.2	16.8	2.1	759	19.8	30.7	2.0	729	19.5	38.5	2.3	688	22.2	35.4	2.0	772	17.9	31.8	1.5	727	18.9	24.4	2.2
昼食	三色丼	鶏肉きんぴら丼	五目寿司	肉豆腐丼(豚肉)	中華丼 とんこつラーメン	ツナコーンピラフ	パスタ ミートソースパゲティ																					
	胡瓜とカリフラワーの梅和え	大根とツナの青じそサラダ	玉子豆腐	春雨ともやしの炒め物	プロッコリーのナムル	白菜とチャーシューの炒め																						
	もやしと人参のスープ	えのきと麸の味噌汁	麸とワカメのすまし汁	大根とわかめの味噌汁	ご飯		パン																					
			クリームソーダ風ゼリー			キャベツと玉葱のスープ	コンソメジュリアン																					
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				
A定食	604	18.8	9.6	4.1	691	21.6	12.0	4.9	671	14.3	7.1	4.3	715	25.0	15.5	6.6	761	27.3	11.4	8.5	646	16.7	12.1	4.7	751	20.6	20.6	5.0
夕食	鶏むね肉の葱おろし丼 <small>あさくさこ</small>	かつ煮	A 1/2日分の野菜と茹で豚のあんかけ	鶏肉の生姜焼き	B 揚げ餃子の四川ソース	豚肉のピリ辛甘味噌炒め	鶏天	グリルチキン サルサソース																				
	A・B共通メニュー 3種の豆とポテトの辛子マヨ和え	A・B共通メニュー 白菜とハムの炒め	炒り豆腐	A・B共通メニュー にんじんのたらこ炒め	キャベツと筍の炒め煮	ひじきと切干大根のきんぴら	ほうれん草とかぼちゃのソテー																					
	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯																				
	ごぼうと油揚げの味噌汁	豆腐とワカメの味噌汁	マカロニと野菜のスープ	とうもろこしと玉葱の中華スープ	豆腐とねぎの生姜スープ	もやしとインゲンの味噌汁	ポテトと人参のスープ																					
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				
A定食	884	35.5	26.0	5.7	926	27.9	27.4	5.7	743	26.3	16.2	3.3	805	31.2	23.0	3.7	792	22.1	25.3	5.5	799	30.7	23.9	4.5	878	33.1	23.2	3.7
B定食					763	29.8	14.4	3.5	829	18.2	23.1	4.8																

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)
*当店では台湾産米を使用しています。

Weekly Menu

日曜日	5月12日 (月)	5月13日 (火)	5月14日 (水)	5月15日 (木)	5月16日 (金)	5月17日 (土)	5月18日 (日)																					
朝食	ご飯	ご飯	★菓子パン★ 牛乳又は コーヒー牛乳又は フルーツジュース	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																					
	プレーンオムレツ	さつま揚げ		セルフドッグ(フランク フルト・焼きそば)	一口つくねの照り焼き	コーンスクランブル	野菜のトマトスープ																					
	大根とツナのおかか和え	白菜と玉葱の和風和え		スイートエンドウのお浸し	ハム	ジャム	ジャム																					
	納豆	納豆		ジャム	納豆	ジャム	ジャム																					
	じゃが芋と玉葱の味噌汁	キャベツとわかめの味噌汁		わかめと玉葱の味噌汁	★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		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																					
	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 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	625	23.4	14.9	2.7	682	24.5	21.5	2.5	759	19.8	30.7	2.0	851	20.0	42.0	3.4	684	18.9	28.1	2.0	702	18.2	33.3	1.8	722	17.9	23.7	3.5
昼食	全国高島 当地メニュー 【群馬】鶏めし	中華丼	カレー ビーフカレー	レディースDAY ケチャップ オムライス	和麺 きつねうどん	親子丼	ベーコンときのこの クリームスパゲティ																					
	青梗菜と油揚げ の炒め	餃子	玉葱のサラダ 蒸し鶏のコールス ローサラダ	もやしときくらげの 香味和え	もやしとほうれん草 のナムル																							
	キャベツとえのき の味噌汁	春雨スープ	マカロニと野菜 のスープ	混ぜご飯			パン																					
		ヨーグルトとグラノーラ																										
	栄養価 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	662	26.4	9.7	5.6	644	18.1	14.2	4.7	710	13.8	18.7	2.5	790	19.0	24.4	6.0	716	17.1	4.7	6.7	759	30.1	18.0	5.3	770	24.3	26.8	4.6
夕食	A 白金鰨の カレー揚げとナポリタン	A きんぴら焼肉	A 水餃子の五目あん B 鶏もも肉の こがし味噌焼き A・B共通メニュー 揚げだし豆腐	A 水餃子の五目あん	B 鶏の唐揚げ オーロラソース	麻婆茄子	豚肉と筍の 玉子炒め																					
	B 豚肉の 粗挽きペッパー焼き	B ハンバーグと ミートコロッケ		B 鶏もも肉の こがし味噌焼き																								
	A・B共通メニュー さつま芋サラダ	A・B共通メニュー ポテトの 醤油バター風味		A・B共通メニュー 揚げだし豆腐																								
	ご飯	ご飯		ソーセージとキャベツの フレンチサラダ																								
	洋野菜のスープ	チンゲン菜と大根の 中華スープ		大豆の甘辛絡め																								
	栄養価 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	801	23.3	13.6	4.9	833	17.9	25.8	2.7	1072	43.4	58.2	10.2	846	21.7	23.9	4.5	1034	36.2	47.8	3.1	866	20.3	26.7	6.8	941	27.4	44.1	3.1
B定食	699	23.7	17.5	3.7	895	20.9	31.8	2.9		903	39.1	27.7	5.7															

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)
*当店では台湾産米を使用しています。

Weekly Menu

日曜日	5月19日 (月)	5月20日 (火)	5月21日 (水)	5月22日 (木)	5月23日 (金)	5月24日 (土)	5月25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																					
	肉入りコロッケ	ミートオムレツ			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																					
	ごぼうの中華サラダ	白菜とツナのポン酢和え	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)	鶏肉団子の甘酢あん	ほうれん草スクランブル	具だくさん野菜コンソメスープ																					
	納豆	納豆			プロッコリーのおかか和え	ウィンナー(2本)	具だくさん野菜コンソメスープ																					
	じゃが芋と玉葱の味噌汁	キャベツと油揚げの味噌汁	ジャム	大根とわかめの味噌汁	ジャム	ジャム	ジャム																					
	★ふりかけ★	のり			★ふりかけ★	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			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	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	760	22.3	24.1	2.9	630	24.4	15.8	2.5	759	19.8	30.7	2.0	729	19.5	38.5	2.3	658	22.3	35.5	2.3	771	18.0	31.9	1.8	720	17.5	29.4	3.6
昼食	豚肉の味噌炒め丼	和風おろしハンバーグ丼	ハヤシライス	10品目の野菜雑炊	中華丼 中華丼	横浜もやし あんかけラーメン	ウインナーの カレーピラフ	2種のチーズの ボロネーゼ																				
	ひじきと白滝の 煮付け	春野菜の レモンマリネ	ツナとプロッコリー のマカロニサラダ	白身魚フライ	焼壳	そら豆とポテト のマヨ和え																						
					ご飯			パン																				
	玉子スープ	もやしと油揚げ の味噌汁	クレープフルーツル ビー	豆腐とわかめ の味噌汁		トマトスープ	コンソメジュリアン																					
	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							
A定食	701	21.9	14.7	3.4	651	20.1	11.1	3.8	744	16.2	20.4	3.8	700	22.7	12.5	5.0	784	25.7	12.7	9.6	742	15.5	18.1	4.2	859	23.4	31.7	5.5
夕食	A ピックメンチカツ	魚をよく 食べよう B 鯖のキムチマヨ焼き	チキンソテー ガーリック醤油風味	お茶の日 A B 豚肉の味噌バター炒め ちゃんちゃん焼き風	鶏の塩唐揚げ 抹茶風味	カラフル回鍋肉 A・B共通メニュー ほうれん草と蒸し鶏 のマヨ和え	鶏すき煮	牛肉のオイスター ソース炒め	とんかつ おろしほん酢																			
	A・B共通メニュー プロッコリーの ガーリック炒め	A・B共通メニュー 明太子スパゲッティ	大根とベーコンの 洋風きんぴら	里芋の彩りあんかけ	キャベツとハムの コンソメソテー	栗かぼちゃの含め煮																						
	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯																			
	大根とわかめ の味噌汁	わかめと玉葱 の味噌汁	玉葱と油揚げ の味噌汁	麺と三つ葉の すまし汁	玉葱と油揚げ の味噌汁	大根とわかめ 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							
A定食	965	20.8	37.7	2.7	853	34.1	23.9	3.7	923	34.8	31.3	3.7	876	32.0	30.7	3.7	863	33.2	16.9	10.0	759	18.8	24.7	4.1	815	19.5	18.3	6.6
B定食	978	24.7	48.3	3.5	787	25.4	16.9	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。コンパスグループ・ジャパン(株)
*当店では台湾産米を使用しています。



Weekly Menu

日曜日	5月26日 (月)				5月27日 (火)				5月28日 (水)				5月29日 (木)				5月30日 (金)				5月31日 (土)				6月1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									
	プレーンオムレツ				チキンナゲット								セルフサンド(フランクフルト・焼きそば)				ハンバーグ				野菜のスクランブルエッグ									
	プロッコリーのおかか和え				きんぴらごぼう								牛乳又はコーヒー牛乳又はフルーツジュース				キャベツのゆず和え				ウィンナー(2本)									
	納豆				納豆								ジャム				納豆				ジャム									
	じゃが芋と玉葱の味噌汁				大根とわかめの味噌汁												わかめと油揚げの味噌汁													
	★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									
	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	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	630	23.5	15.0	2.7	684	25.6	19.1	3.0	759	19.8	30.7	2.0	851	20.0	42.0	3.4	645	23.2	36.9	2.3	793	18.9	33.3	1.8						
昼食	チンジャオロース丼				プルコギポーク丼				カレー	ポークカレー				焼き鳥ねぎま丼 温泉玉子添え				エスニック料理 ビーフフォー				チャーハンWITH豚の生姜焼き								
	餃子				茄子のゆず醤油					エッグサラダ				メンチカツ				ピーンズサラダ				ポテトとアボカドの辛子マヨ和え								
	コーンと玉葱のスープ				もやしと人参のスープ									わかめと玉葱の味噌汁				ご飯				わかめスープ								
										オレンジ																				
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	804	17.7	23.9	3.8	704	16.5	19.7	2.8	702	15.9	20.6	2.9	813	29.9	25.2	3.7	710	21.5	17.7	6.3	849	19.0	32.8	6.5						
夕食	A 鶏の西京みそ焼き				A アジの竜田揚げ 香味ソース				A 牛肉の柳川煮				A ポークソテー BBQソース				豚肉ときのこのポン酢炒め				鶏肉の治部煮									
	B 豚肉と卵の塩麹炒め				B 豆腐ハンバーグと焼きコロッケ				B 鶏肉のヤンニンソース スガケ(韓国)				B 白身魚のグリル ジンジャーソース				A・B共通メニュー 大根の炒め煮				レンコンサラダ				きのこあんかけ豆腐					
	A・B共通メニュー ワカメと玉葱の中華和え				A・B共通メニュー 豚挽肉とインゲンの味噌炒め				豚肉と野菜のピーフン				A・B共通メニュー 大根の炒め煮				ご飯				ご飯									
	ご飯				ご飯				ご飯				ごぼうと油揚げの味噌汁				麩とワカメのすまし汁				もやしとインゲンの味噌汁									
	大根と油揚げの味噌汁				コンソメジュリアン				じゃが芋と玉葱の味噌汁																					
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	792	32.2	24.1	4.4	701	24.6	12.3	5.7	826	27.9	25.9	4.4	871	26.9	22.7	4.5	737	20.7	23.0	2.0	849	34.6	21.9	5.4						
B定食	761	21.4	24.2	4.6	894	23.9	27.4	6.4	817	30.7	23.7	4.2	712	27.9	14.0	3.9														

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)
*当店では台湾産米を使用しています。

6月