

献立表	No.1 朝食								
	メニュー	No. 材料	小麦	卵	乳	そば	落花生	えび	カニ
御飯	224	米(無洗米)							
パン	597	食パン	●		●				
	368	ロールパン	●		●				
	219	(小袋) いちごジャム							
	90	マーガリン			●				
コーンフレーク	530	コーンフレーク							
味噌汁	233	玉ねぎスライス							
	551	刻み油揚げ							
	273	ほんだしこんぶだし							
	296	スーパー白味噌							
ポイルウインナー	8	あらびきウインナー			●				
オムレツ	54	プレーンオムレツ	●	●	●				
鯖塩焼き	569	サバ塩焼き							
	13	鯖フィレ							
	282	食塩							
ポテトサラダ	515	ポテトサラダ	●	●	●				
わかめ	212	カットわかめ							
コールスロー	517	コールスロー							
	402	B:ドレッシング 1人前	●	●	●				
納豆	326	有機納豆(冷凍)	●						
ふりかけ	220	ふりかけ	●		●				
漬物	386	B:漬物1人前	●						
	285	赤小梅							
	388	7リドリンク1人前			●				
	230	牛乳			●				
	255	有機トマトケチャップ(卓上)							

献立表	No.1 昼食								
	メニュー	No. 材料	小麦	卵	乳	そば	落花生	えび	カニ
御飯	224	米(無洗米)							
冷やし中華	624	中華麺(中太タイプ)	●	●					
	582	錦糸卵スライス	●	●					
	212	かつわか							
	253	上白糖(1kg)							
	337	ミツカン酢	●						
	363	冷や太郎	●						
たまご雑炊	224	米(無洗米)							
	186	白だし(うどん用)	●						
	273	ほんだしこんぶだし							
	89	鶏卵		●					
アジフライ	59	アジフライ	●						
	201	フライオイル(パーム調合油)							
肉団子のケチャップ絡め	494	鶏肉団子	●	●	●				
	201	フライオイル(パーム調合油)							
	170	トマトケチャップ(デリカユース)							
茄子の大豆そぼろ煮	374	揚げ茄子乱切り							
	355	PB追いがつおうまつゆ	●						
	14	まめプラスM(ミンチ)							
ペンネ	185	ペンネカニ	●						
ミートソース	339	エキストラバージン							
	152	ミートソース	●		●				
	282	食塩							
コールスロー	517	コールスロー							
	402	B:ドレッシング1人前	●	●	●				
スナップエンドウ	512	スイートエンドウ							
豆苗	537	豆苗(300g)							
漬物	386	B:漬物1人前	●						
若狭梅干	371	うめぼし							
フルーツ	511	バナナ							
	388	クリーム1人前			●				
	230	牛乳			●				

献立表	No.1 夕食								
	メニュー	No. 材料	小麦	卵	乳	そば	落花生	えび	カニ
御飯	224	米(無洗米)							
スパゲティーボンゴレ	263	スパゲティー	●						
	233	玉ねぎスライス							
	299	蒸しムキあさり							
	513	カットキャベツ							
	276	おろし生ニンニク							
	339	エキストラバージン							
	273	ほんだしこんぶだし							
	112	鷹の爪							
	282	食塩							
ひき肉カレー	6	豚肩挽肉							
	233	玉ねぎスライス							
	85	人参							
	264	乱切りポテト(クォーターポテト)							
	206	こくまろプロブレンド	●						
	14	まめプラスM(ミンチ)							
	253	上白糖(1kg)							
コンソメスープ	212	カットわかめ							
	98	カットしめじ							
	496	チキンコンソメ	●		●				
	328	キザミマイタケ							
チキンカツ	65	チキンカツ	●	●	●				
	201	フライオイル(パーム調合油)							
煮物	563	高野豆腐							
	551	刻み油揚げ							
	355	PB追いがつおうまつゆ	●						
ポテトフライ	264	乱切りポテト(クォーターポテト)							
	282	食塩							
	201	フライオイル(パーム調合油)							
カーネルコーン	51	カーネルコーン							
	253	上白糖(1kg)							
菜の花塩昆布和え	323	冷凍菜の花							
	15	塩コンブ	●						
	355	PB追いがつおうまつゆ	●						
コールスロー	517	コールスロー							
	402	B:ドレッシング1人前	●	●	●				
ブロッコリー	306	冷凍ブロッコリー							
ぶどうゼリー	598	ぶどうゼリー							
漬物	386	B:漬物1人前	●						
	388	A:ドレッシング1人前			●				

献立表	No.2 朝食								
	メニュー	No. 材料	小麦	卵	乳	そば	落花生	えび	カニ
御飯	224	米(無洗米)							
パン	597	食パン	●		●				
	219	(小袋) いちごジャム							
	90	マーガリン			●				
お粥	409	B:おかゆ1人前							
	606	ゆかり							
	282	食塩							
味噌汁	559	とうふF D							
	116	もやし							
	573	花めかぶ							
	273	ほんだしこんぶだし							
	296	スーパー白味噌							
ミニコロッケ	46	ミニ野菜コロッケ	●		●				
	201	フライオイル(パーム調合油)							
スクランブルエッグ	523	ふわふわエッグ		●	●				
	282	食塩							
	157	ブラックペッパー							
	261	ミックスベジタブル							
マカロニサラダ	267	マカロニサラダ(プレーン)	●	●	●				
わかめ	212	カットわかめ							
鯖塩焼き	569	サバ塩焼き							
	13	鯖フィレ							
	282	食塩							
コールスロー	517	コールスロー							
	402	B:ドレッシング 1人前	●	●	●				
納豆	326	有機納豆(冷凍)	●						
ふりかけ	220	ふりかけ	●		●				
漬物	386	B:漬物1人前	●						
	285	赤小梅							
	388	フリドリック1人前			●				
	230	牛乳			●				
	255	有機トマトケチャップ(卓上)							

献立表	No.2 昼食									
	メニュー	No.	材料	小麦	卵	乳	そば	落花生	えび	カニ
御飯	224	米(無洗米)								
冷やしうどん	262	冷凍うどん	●							
	243	青葱スライス2mm(500g)								
	212	カットワカメ								
	355	P B 迫いがつおウマつゆ	●							
	349	いりゴマ(白)								
中華雑炊	224	米(無洗米)								
	327	しょうゆラーメンのたれ	●							
	349	いりゴマ(白)								
	282	食塩								
キャベツメンチカツ	545	キャベツメンチカツ	●		●					
	201	フライオイル (パーム調合油)								
蒸しシュウマイ	73	シュウマイ	●		●					
ウインナーコンソメ煮	8	あらびきウインナー			●					
	496	チキンコンソメ	●		●					
回鍋肉	4	豚コマ								
	513	カットキャベツ								
	233	玉ねぎスライス								
	268	回鍋肉用ソース	●							
	201	フライオイル (パーム調合油)								
	338	ゴマ油								
コールスロー	517	コールスロー								
スナップエンドウ	512	スイートエンドウ								
	402	B:ドレッシング 1人前	●	●	●					
キャロットジュリアン	605	人参千切り(ジュリアン)								
漬物	386	B:漬物1人前	●							
若狭梅干	371	うめぼし								
フルーツ	370	グレープフルーツ								
	388	リドリック1人前			●					
	230	牛乳			●					

献立表	No.2 夕食								
	メニュー	No. 材料	小麦	卵	乳	そば	落花生	えび	カニ
御飯	224	米(無洗米)							
春野菜ペペロンチーノ	263	スパゲティ	●						
	233	玉ねぎスライス							
	323	冷凍菜の花							
	513	カットキャベツ							
	276	おろし生ニンニク							
	339	エキストラバージン							
	273	ほんだしこんぶだし							
	112	鷹の爪							
	282	食塩							
チキンカレー	66	鶏ももコマ肉							
	233	玉ねぎスライス							
	264	乱切りポテト(クォーターポテト)							
	206	こくまろプロブレンド	●						
	253	上白糖(1kg)							
きのこスープ	212	カットワカメ							
	98	カットしめじ							
	273	ほんだしこんぶだし							
	186	白だし(うどん用)	●						
	328	キザミマイタケ							
ハンバーグ ケチャップソース	43	焼ハンバーグ	●		●				
	170	トマトケチャップ(デリカコース)							
	269	中濃ソース							
カーネルコーン	51	カーネルコーン							
	253	上白糖(1kg)							
揚げ餃子	74	ギョーザ	●						
	201	フライオイル(パーム調合油)							
こんにゃくの きんぴら風	304	いんげん(カット)							
	564	突きこんにゃく							
	355	P B 追いがつおうまつゆ	●						
	340	七味唐辛子							
	349	いりゴマ(白)							
オクラゴマ和え	518	オクラ							
	349	いりゴマ(白)							
	355	P B 追いがつおうまつゆ	●						
コールスロー	517	コールスロー							
トマト	115	トマト							
	402	B:ドレッシング 1人前	●	●	●				
蒟蒻オレンジゼリー	588	蒟蒻オレンジゼリー							
	388	フリートリンク1人前			●				
漬物	386	B:漬物1人前	●						



献立表	No.3 昼食									
	メニュー	No.	材料	小麦	卵	乳	そば	落花生	えび	カニ
御飯	224	米(無洗米)								
醤油	624	中華麺(中太タイプ)	●	●						
ラーメン	212	カットカメ								
	243	青葱スライス2mm(500g)								
	349	いりゴマ(白)								
	327	しょうゆラーメンのたれ	●							
めかぶゴマ雑炊	224	米(無洗米)								
	186	白だし(うどん用)	●							
	273	ほんだしこんぶだし								
	573	花めかぶ								
	338	ゴマ油								
	349	いりゴマ(白)								
イカカツ	602	イカカツ	●							
	201	フライオイル(パーム調合油)								
もやしとニンニクの炒め	116	もやし								
	619	ニンニクの芽								
	356	焼き肉のタレ	●							
水餃子	629	水餃子	●	●						
カボチャ煮もの	91	カボチャ角切り								
	355	P B 追いがつおうまつゆ	●							
コールスロー	517	コールスロー								
	402	B:ドレッシング 1人前	●	●	●					
エンドウ	512	スイートエンドウ								
キャロットジュリアン	605	人参千切り(ジュリアン)								
漬物	386	B:漬物1人前	●							
若狭梅干	371	うめぼし								
フルーツ	558	リンゴ								
	388	7リドリンク1人前				●				
	230	牛乳				●				



献立表	No.3 夕食									
	メニュー	No.	材料	小麦	卵	乳	そば	落花生	えび	カニ
御飯	224	米(無洗米)								
焼きそば風	14	まめプラスM(ミンチ)								
スパゲティ	263	スパゲティ	●							
	233	玉ねぎスライス								
	513	カットキャベツ								
	201	フライオイル(パーム調合油)								
	147	焼そばソース(粉末)	●							
	124	青海苔								
	167	紅生姜								
ビーフカレー	7	牛コマ								
	233	玉ねぎスライス								
	264	乱切りポテト(クォーターポテト)								
	206	こくまるプロブレンド	●							
	253	上白糖(1kg)								
中華スープ	233	玉ねぎスライス								
	85	人参								
	555	きくらげ・黒								
	327	しょうゆ・味のたれ	●							
	338	ゴマ油								
	157	ブラックペッパー								
鶏肉竜田揚げ	373	とり唐揚げ	●	●						
油林鶏ソース	201	フライオイル(パーム調合油)								
	584	油林鶏ソース	●							
	537	豆苗(300g)								
	605	人参千切り(ジュリアン)								
	233	玉ねぎスライス								
カーネルコーン	51	カーネルコーン								
	253	上白糖(1kg)								
肉団子のポトフ	494	鶏肉団子	●	●	●					
	264	乱切りポテト(クォーターポテト)								
	496	チキンコンソメ	●		●					
	282	食塩								
	157	ブラックペッパー								
ビック肉シュウマイ	628	ビック肉シュウマイ	●	●						
和風和え	304	いんげん(カット)								
	355	PB追いがつおうまつゆ	●							
コールスロー	517	コールスロー								
	402	B:ドレッシング1人前	●	●	●					
ブロッコリー	306	冷凍ブロッコリー								
ぶどうゼリー	598	ぶどうゼリー								
漬物	386	B:漬物1人前	●							
	388	フリドリンク1人前			●					

※野菜サラダのドレッシングは自身でかけていただきます。

種類は、サウザンアイランド・和風ドレッシング・ウスターソース

サウザンアイランド（小麦、卵、大豆、リンゴ、トマト）

和風ドレッシング（小麦、乳、大豆、ゼラチン）

ウスターソース（大豆）

ケチャップ（朝のみ トマト）

フリードリンクの乳の●は、コーヒーのクリープです

**※揚げ物の油は毎回使用し、色々なもののフライに使用します**

※食事は、バイキング形式です。食べられない料理は、取らずに避けていただくこととなります。重度のアレルギー症状の方で、食べれる物が少ない時等は相談させていただきます。ご確認ください。また何かご希望がありましたらご連絡ください。

コンパスグループ・ジャパン(株)若狭湾店

TEL 0770-54-3345

Fax 0770-54-3412

e-mail

[32118@compass-jpn.com](mailto:32118@compass-jpn.com)