

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	その他
御飯	224	米(無洗米)								
味噌ラーメン	624	中華麺(中太タイプ)	●	●						
	14	まめプラスM(ミンチ)								
	233	玉ねぎスライス								
	116	もやし								
	525	PBみそラーメンのたれ	●							
	513	カットキャベツ								
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	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(デリカコース)								
茄子の大豆そぼろ煮	374	揚げ茄子乱切り								
	355	PB追いがつおウマつゆ	●							
	14	まめプラスM(ミンチ)								
パンネ	185	パンネマカロニ	●							
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	●	●	●					
スナックエンドウ	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	フールドリンク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	その他
御飯	224	米(無洗米)								
へしこスパゲティー	263	スパゲティー	●							
	233	玉ねぎスライス								
	618	へしこ	●							
	513	カットキャベツ								
	276	おろし生ニンク								
	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								
大豆ミンチ										
カレー	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	●							
	14	まめプラスM(ミンチ)								
	253	ト白糖(1kg)								
キノコスープ	212	カットワカメ								
	98	カットしめじ								
	186	白だし(うどん用)	●							
	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追いがつおウまつゆ	●							
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	ト白糖(1kg)								
菜の花塩昆布和え	323	冷凍菜の花								
	15	塩コンブ	●							
	355	PB追いがつおウまつゆ	●							
コールスロー	517	コールスロー								
ブロッコリー	402	B:ドレッシング1人前	●	●	●					
	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	リードリンク1人前			●					

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	その他
御飯	224	米(無洗米)								
ごまワカメうどん	262	冷凍うどん	●							
	243	青葱スライス2mm(500g)								
	212	カットワカメ								
	355	PB追いがつおウマつゆ	●							
	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)								
蒸しシューマイ	73	シューマイ	●		●					
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								
	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	フルーツリンク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	その他
御飯	224	米(無洗米)								
キノコスパゲティー	263	スパゲティー	●							
	233	玉ねぎスライス								
	98	カットしめじ								
	328	キザミマイタケ								
	513	カットキャベツ								
	276	おろし生ニンク								
	339	エキストラバージン								
	273	ほんだしこんぶだし								
	282	食塩								
	112	鷹の爪								
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	ト白糖(1kg)								
卵スープ	212	カットワカメ								
	89	鶏卵		●						
	273	ほんだしこんぶだし								
	186	白だし(うどん用)	●							
	349	いりゴマ(白)								
ハンバーグ	43	焼ハンバーグ	●		●					
ケチャップソース	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	ト白糖(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	フルーツリク 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	その他
御飯	224	米(無洗米)								
醤油	624	中華麺(中太タイプ)	●	●						
ラーメン	212	カットワカメ								
	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.追いがつおウマつゆ	●							
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	フリーズドライ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	その他
御飯	224	米(無洗米)								
焼きそば風	14	まめプラスM(ミンチ)								
スパゲティー	263	スパゲティー	●							
	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	焼きそばソース(粉末)	●							
	124	青海苔								
	167	紅生姜								
ポークシチュー	4	豚コマ								
	233	玉ねぎスライス								
	264	乱切りポテト(クォーターポテト)								
	616	シチューミックス(ブラウン)	●		●					
	253	ト白糖(1kg)								
中華スープ	233	玉ねぎスライス								
	555	きくらげ・黒								
	327	しょうゆラーメンのたれ	●							
	338	ゴマ油								
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	ト白糖(1kg)								
肉団子の和風ポトフ	494	鶏肉団子	●	●	●					
	264	乱切りポテト(クォーターポテト)								
	355	PB追いがつおウマつゆ	●							
	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	●	●						
インゲンカツオ和え (鯉節上にちらす)	304	いんげん(カット)								
	92	かつお節								
	355	PB追いがつおウマつゆ	●							
コールスロー	517	コールスロー								
ブロッコリー	402	B:ドレッシング1人前	●	●	●					
	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	リードリンク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

※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
になります。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
頂きます。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